



Професионална гимназия по туризъм  
„Проф. д-р Асен Златаров“

гр.Пловдив, ул. „Богомил“ 73, тел.: 032/26 25 63, e-mail: tht\_plovdiv@abv.bg, www.pgt-zlatarov-plovdiv.com

Съгласувал:  
Росица Пеева  
ЗДУД

УТВЪРДИЛ:  
инж. КАТЕРИНА ДОДОВА  
Директор



## КОНСПЕКТ

по

**физическо възпитание и спорт за XI клас ООП , за оформяне на годишна оценка**

1. Оценяване на физическата дееспособност според резултатите от 5 теста – 1.30 метра, 2. 200 метра (совалково бягане) , 3. скок дължина от място с два крака, 4.хвърляне на плътна топка, 5.тест за ловкост (Т-тест).
2. Спортно – техническа подготовка по волейбол (основно ядро) по следните показатели:
3. Спортно – техническа подготовка баскетбол (основно ядро) по следните показатели:
4. Правилознание във волейбола.
5. Правилознание във баскетбола.

### **Системата за оценяване включва:**

Системата за оценяване на физическата дееспособност включва тестове, нормативи, оценъчна скала и методика за измерване и оценяване на двигателните способности на учениците.

Оценяването се осъществява в съответствие с утвърдените учебни програми по физическо възпитание и спорт.

Ученикът изпълнява 5 (пет) контролни упражнения (тестове), които служат за оценка на равнището/състоянието на основните двигателни

качества – бързина, взривна сила на долните крайници, взривна сила на горните крайници и торса, издръжливост и ловкост.

Контролните упражнения са достъпни, познати и се изучават от учениците в часовете по физическо възпитание и спорт.

Провеждането и участието в контролните упражнения имат състезателен характер като за целта ученикът трябва да бъде подпомогнат да разгъне максимално своите възможности и да постигне най-добър резултат от тестирането.

### **Учениците трябва :**

- Правилно да изпълняват изучените двигателни действия и техниката на изпълнение по съответния вид спорт.
- Изпълняват комплекс от волейболни и баскетболни елементи.
- Правилно дриблиране на баскетболната топка и да се приспособяват в динамична игрова среда.
- Правилно да прилагат похватите при ловене във баскетбола.
- Правилно да прилагат похватите при подаване във баскетбола.
- Правилно да прилагат похватите при залъгващи движения, заслон и стрелба в коша.
- Познават правилознанието и съдийските жестове на баскетболната игра.
- Умеят правилно да извършват технико-тактически действия във волейбола.
- Правилно да отиграват и подават с две ръце отгоре, с две ръце отдолу.
- Правилно изпълнение на начален удар /сервис/.
- Изпълнение на горен лицев начален удар.
- Изпълнение на долен лицев начален удар.
- Познават правилознанието и съдийските жестове на волейболната игра.

**Критерии за оценяване на постиженията на учениците по шестобалната система:**

- **Слаб 2** – допуска груби грешки при изпълнението на технико-тактическите елементи от спортните игри (волейбол и баскетбол) , недостатъчния брой точки от скалата за оценяване в теста за физическа дееспособност.
- **Среден 3** – познава , но не изпълнява правилно технико-тактическите елементи от спортните игри (волейбол и баскетбол), има сериозни пропуски в спортните игри. Не работи самостоятелно и има нужда от корекции. Получил е съответния брой точки от скалата за оценяване в теста за физическа дееспособност.
- **Добър 4** – познава, но изпълнява с малки грешки технико-тактическите елементи от спортните игри (волейбол и баскетбол), търси подкрепа от учителя си и от съучениците си, не полага системно усилия за своята подготовка. Получил е съответния брой точки от скалата за оценяване в теста за физическа дееспособност.
- **Много добър 5** – познава и изпълнява с незначителни грешки технико-тактическите елементи от спортните игри (волейбол и баскетбол), умее да прилага правилно похватите по спортните игри, разбира същността на играта и отлично познава правилознанието. Полага системно усилия за своята подготовка : показва висока спортна и двигателна култура. Получил е съответния брой точки от скалата за оценяване в теста за физическа дееспособност.
- **Отличен 6** – познава и не допуска грешки в изпълнението на технико-тактическите елементи от спортните игри (волейбол и баскетбол), показва високо спортно майсторство и правилно изпълнение на поставените му задачи. Осъществява индивидуални технико-тактическите действия и групови взаимодействия в нападение и защита. Полага системно усилия за своята подготовка.Получил е съответния брой точки от скалата за оценяване в теста за физическа дееспособност.

Изготвил :

Георги Гешев