



УТВЪРЖДАВАМ:

ДИРЕКТОР:

/НИКОЛАЙ МАРКОВ/



КОНСПЕКТ

за провеждане на изпит за оформяне на годишна оценка за самостоятелна форма на обучение по „ТЕОРИЯ НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ “ – ОтПШ, за XII клас на учебната 2023 – 2024 година.

1.	ТЕОРИЯ НА ДВИГАТЕЛНИТЕ КАЧЕСТВА: <ul style="list-style-type: none">○ Обща характеристика на понятията: двигателни способности, двигателни, физически и психо-моторни качества.○ Анализ на взаимовръзката между двигателните качества и между тях и двигателните умения и навици.
2.	ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДВИГАТЕЛНОТО КАЧЕСТВО БЪРЗИНА: <ul style="list-style-type: none">○ Определение, приложение и форми на проявление.○ Медико-биологични закономерности в развитието и проявлението на двигателното качество бързина.○ Възрастови особености в развитието на бързината.○ Средства и методи за развиване на бързина.○ Специфика на работата за бързина в заниманията по физическо възпитание и спорт.
3.	ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДВИГАТЕЛНОТО КАЧЕСТВО МУСКУЛНА СИЛА: <ul style="list-style-type: none">○ Определение, приложение и разновидности.○ Медико-биологични закономерности в развитието и проявлението на двигателното качество мускулна сила.
4.	ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДВИГАТЕЛНОТО КАЧЕСТВО ИЗДРЪЖЛИВОСТ: <ul style="list-style-type: none">○ Определение, приложение и разновидности.○ Медико-биологични закономерности в развитието проявлението на двигателното качество издръжливост.○ Възрастови особености в развитието на издръжливостта.○ Средства и методи за развиване на издръжливостта.○ Специфика на работата за издръжливост в заниманията по физическо възпитание и спорт.

5.	<p>ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДВИГАТЕЛНОТО КАЧЕСТВО ЛОВКОСТ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Определение, приложение и разновидности. ○ Медико-биологични закономерности в развитието и проявлението на двигателното качество ловкост. ○ Възрастови особености в развитието на ловкостта. ○ Средства и методи за развиване на ловкостта. ○ Специфика на работата за ловкост в заниманията по физическо възпитание и спорт.
6.	<p>ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДВИГАТЕЛНОТО КАЧЕСТВО ГЪКАВОСТ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Определение, приложение и разновидности. ○ Медико-биологични закономерности в развитието и проявлението на двигателното качество гъвкавост. ○ Възрастови особености в развитието на гъвкавостта. ○ Средства и методи за развиване на гъвкавостта. ○ Специфика на работата за гъвкавост в заниманията по физическо възпитание и спорт.
7.	<p>ФОРМИ ЗА ОРГАНИЗАЦИЯ НА ЗАНИМАНИЯТА ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Обща характеристика и класификация на формите за организация.
8.	<p>УРОКЪТ ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ – ОСНОВНА ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Задачи на урока, съдържание и структура. ○ Видове уроци по физическо възпитание и спорт. ○ Методически изисквания при провеждане на урока по физическо възпитание и спорт.
9.	<p>ПОДГОТОВКА НА УЧИТЕЛЯ ЗА УРОК ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Педагогически изисквания към професионалната подготовка на учителя по физическо възпитание и спорт. ○ Методически подходи за повишаване ефективността на урока по физическо възпитание и спорт.
10.	<p>КРИТЕРИИ ЗА ОЦЕНКА НА УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Педагогическо наблюдение и анализ на урока; ○ Плътност на урока. Методика за измерване, анализ и оценка.
11.	<p>ОРГАНИЗАЦИОННА СТРУКТУРА НА СРЕДНОТО УЧИЛИЩЕ В РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Характеристика на системата за физическо възпитание в Р. България. ○ Държавни образователни стандарти за физическо възпитание и спорт.

12.	<p>ПЛАНИРАНЕ И ОТЧИТАНЕ НА РАБОТАТА ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ В УЧИЛИЩЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Характеристика на основните документи за планиране на дейността по физическо възпитание и спорт.
13.	<p>НАУКАТА ВЪВ ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Характеристика на научните изследвания във физическото възпитание и спорта.
14.	<p>ПОДБОР И ПРОГНОЗИРАНЕ НА МЛАДИ СПОРТИСТИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Характеристика на подбора в спорта. Основни понятия. ○ Методически основи на подбора. ○ Методики за прогнозиране на психическите, функционалните и двигателните способности на учениците за целенасочени занимания със спорт.
15.	<p>МНОГОГОДИШНА СПОРТНА ПОДГОТОВКА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Същност, структура и съдържание на многогодишната спортна подготовка. ○ Подбор и многогодишна спортна подготовка при различните спортове и спортни дисциплини.
16.	<p>ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕЖДАНЕ НА ВЪТРЕШНИ СЪСТЕЗАНИЯ ПО ОТДЕЛНИ ВИДОВЕ СПОРТ В УЧИЛИЩЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Характеристика на дейността по организацията на вътрешни състезания по отделни видове спорт в училище.
17.	<p>СИГУРНОСТ И БЕЗОПАСНОСТ НА ЗАНИМАНИЯТА С ФИЗИЧЕСКИ УПРАЖНЕНИЯ И СПОРТ</p>

Препоръчителна литература:

- Ръководство по Специфична професионална подготовка в спортните училища за обучение за IX, X, XI И XII клас - Ръководство