



Обединено училище „Христо Ботев“

2940, с. Дъбница, общ. Гърмен, обл. Благоевград, тел.: 0892602028, e-mail: botevschool@mail.bg

ДИДАКТИЧЕН ПЛАН ЗА РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ ЗА 8. КЛАС

ПЪРВИ УЧЕБЕН СРОК

№ по ред на урока	№ по ред на седмицата	Тема на урочна единица	Очаквани резултати от обучението	Методи на работа	Бележки
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	1	Преговор. РДК	Притежава степен на развитие на двигателните качества.	Запознава се с изискванията за безопасни условия на работа и на специфичните критерии за оценяване на двигателните умения и навици. Изпълнява различни упражнения за ОФП.	
2	1	Лека атлетика. Физическа дееспособност. РДК	Постига средното ниво за състоянието на физическата дееспособност.	Участва в кръгово занимание за развитие на двигателните качества с акцент на упражненията за развитие на скоростната издръжливост.	
3	2	Лека атлетика Физическа дееспособност. Входни ниво	Работи с таблици за оценка на физическата дееспособност. Самооценява и сравнява постиженията си.	Изпълнява тестове за физическа дееспособност. Съпоставя постиженията си с нормативните показатели от тестовете за измерване на физическата дееспособност.	Измерване на бягане на 50 м и скок на дължина от място.
4	2	Лека атлетика. Физическа дееспособност.	Работи с таблици за оценка на физическата дееспособност.	Изпълнява тестове за физическа дееспособност. Съпоставя постиженията си с нормативните	Измерване - хвърляне на плътна топка 3 кг (м); изправяне от лег

		Входно ниво	Самооценява и сравнява постиженията си.	показатели от тестовете за измерване на физическата дееспособност.	(момичета), бягане 300 м момичета, 600 м (м).
5	3	Лека атлетика. Бягане на къси разстояния. Приложение	Предприема решения и прилага тактически принципи, свързани с бягане на къси разстояния.	УС на специалноподготвителните упражнения в усложнени условия чрез ограничаване на времевите условия и чрез създаване на бързо и напрегнато мислене. Преговор – предаване и приемане на щафетна палка отгоре и отдолу по двойки. Щафетни игри.	<i>Критерии за оценяване на технико-тактическите умения</i> 1. Правилно преценява скоростта и разстоянието и точно съгласува движенията си по време и скорост при

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6	3	Лека атлетика. Щафетно багане. Нови знания	Самооценява предаване на щафета по начин отдолу и отгоре в зона.	НР Предаване и приемане на щафетната палка в зона. Преговор – предаване и приемане на щафетна палка за определяне на мястото за контролен белег. Тестуване по двойки. Запознава се с критерии за самооценка.	предаване и или приемане на щафетна палка. 2. Предава и приема щафетна палка с изравняване на скоростите.
7	4	Лека атлетика. Щафетно багане. Приложение	Самооценява предаване на щафета по начин отгоре с контролен белег и изравняване на скоростите.	ЗР Предаване и приемане на щафетната палка за определяне на мястото за контролен белег. Многократно повторение. ЗР Предаване и приемане щафетна палка отдолу и отгоре по четворки. Използва изравняването на скоростите като критерии за самооценка.	3. Не се затруднява при предаване или приемане на щафетна палка в зона. 4. Знае как се определя контролен белег. Предава и приема щафетна палка с контролен белег.
8	4	Лека атлетика. Щафетно багане. Нови знания	Предприема решения и прилага тактически принципи, свързани с щафетно бягане.	НР Предаване и приемане на щафетна палка за определяне на мястото на чакане и стартиране при четирите поста. Сравнява реализирано време с теоретично време в секунди – 4 x 50 м.	<i>Критерии за приложимост</i> 5. Бяга с макс. скорост, предава или приема щафетна палка по четворки.
9	5	Лека атлетика. Щафетно бягане – състезание. Приложение	Предприема решения и прилага тактически принципи, свързани с щафетно бягане.	Участва в щафета 4 x 50 м и се класира. Използва тактическо мислене в състезателни условия.	6. Предава или приема щафетна палка, без да нарушава правилата в щафетното бягане. <i>Оценяване на теоретичните знания</i> Обяснява предаване и приемане на щафетна палка.
10	5	Туризъм. Есенен туристически поход. Нови знания	Използва и прилага придвижване с почивки до 4 часа в гористите части на планината.	НР Снаряжение и безопасност при поход в група. ЗР Придвижване в походна колона – „индианска нишка“. ЗР Придвижване в челно, средно и крайно звено или по отделения в походен строй.	1. Видимо преодолява физическа и психическа умора при придвижване в пресечен терен и в по-трудни места от терена. 2. Правилно изпълнява придвижване в различните звена на походния строй.
11	6	Туризъм. Туристически поход. Приложение	Използва и прилага придвижване с почивки до 4 часа в гористите части на планината.	НР Придвижване и преминаване на по-труден маршрут с въже, карабинери и малки помощни въженца, компас и топографска карта.	3. Не се страхува и действа адекватно с туристическо снаряжение.

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12	6	Баскетбол. Залъгващи движения (финтове) – без топка. Приложение	Самооценява изпълнението на техниката на залъгващи движения без топка.	НР Залъгващи движения с части на тялото. Залъгване с очи и глава, ръце, крака. УС Ловене и подаване на топката в движение. УС Водене на топката (висок, нисък и кръстосан дрибъл). Двустранна игра.	<i>Критерии за оценяване на технико-тактическите умения</i> 1. Изпълнява успешно залъгващи финтове без топка. 2. Изпълнява правилно наказателен удар. 3. Изпълнява подаване в опасно направление с асистенция или атакуване със стрелба.
13	7	Баскетбол. Ловене и подаване в движение. РДК	Прилага изучените действия в групови взаимодействия, като преживява различни емоции.	НР Подаване в опасно направление с асистенция - игра между висок и нисък пост. ЗР Залъгващи движения с части на тялото. Залъгване с очи и глава, ръце, крака. УС Стрелба в коша. Щафета с водене, скачане, ловене и подаване на топката. Совалково бягане.	
14	7	Баскетбол. Стрелба в коша с една ръка от място. Нови знания	Самооценява изпълнението на техниката на стрелба в коша.	НР Основно положение на тялото, прицелване, насочване и следване на топката. ЗР Подаване в опасно направление с асистенция – игра между висок и нисък пост. УС Водене на топката – атакуване със стрелба.	
15	8	Баскетбол Стрелба в коша с една ръка от място. Приложение	Самооценява изпълнението на техниката на стрелба в коша.	ЗР на координацията и съгласуваността на движенията при стрелба с една ръка от място. УС Финтове без топка. Подаване в опасно направление с асистенция. УС Водене на топката в комбинация, атакуване със стрелба Двустранна игра.	<i>Критерии за приложимост</i> 4. Видимо правилно се включва без активна защита в бърз пробив. 5. Изпълнява лична защита срещу нападател без топка, без да нарушава правилата на играта. 6. Постига точност на изпълнение на наказателен удар – 1 от 3 опита.
16	8	Баскетбол. Групови взаимодействия – начало на бързия пробив. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в групови взаимодействия, като преживява различни емоции.	НР Овладяване на отскочила от таблото топка и изходно подаване с двама външни странични играчи, от които единия „летящ“. ЗР Стрелба с една ръка от място в близост до коша и с отдалечаване от коша. Учебна игра.	<i>Критерии за оценяване на теоретичните знания</i>
17	9	Баскетбол. Групови взаимодействия – лична защита на ½ от игрището. Нови знания	Познава и прилага правилознание в учебни игри.	НР Лична защита срещу нападател без топка. ЗР Овладяване на отскочила от таблото топка и изходно подаване с двама външни играчи, комбинация с водене на топката. УС Стрелба с една ръка от място с използване на таблото.	Дискутира въпроси за ползата от бързия пробив и личната защита. Описва по най-добрия начин емоциите си от успех и неуспех в резултат на участието си в

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
18	9	Баскетбол. Отборни взаимодействия – начало на бързия пробив. Приложение	Прилага изучените тактически действия в отборни взаимодействия, като преживява различни емоции.	ЗР Бърз пробив – овладяване на отскочила от таблото топка, изходно подаване, в комбинация подаване, водене на топката, подаване, атакуване със стрелба. ЗР Придвижване и игра на защитници срещу нападател без топка срещу висок нападател в близост до коша. Учебна игра.	групови и отборни взаимодействия.
19	10	Баскетбол. Отборни взаимодействия – лична защита на ½ от игрището. РДК	Познава и прилага правилознание в учебни игри.	ЗР Начало на бързия пробив – овладяване на отскочила от таблото топка, изходно подаване, комбинация подаване – дрибъл – подаване – атакуване със стрелба. ЗР Придвижване и игра на защитниците от слабата страна на игрището. Учебна игра.	
20	10	Туризм. Зимен туристически празник. Приложение	Използва и прилага двигателни умения в подвижни и щафетни игри и състезания на местността.	ЗР Безопасност при зимен поход в група. ЗР Придвижване в походна колона при зимни условия Подвижни игри при зимни условия. „Летящи чинии“, „Изкачване на височина“.	
21	11	Туризм Зимен туристически поход. Приложение	Използва и прилага придвижване с почивки до 4 часа в гористите части на планината.	ЗР Придвижване и преминаване на по-трудни места по познат маршрут с въже, карабинери и малки помощни въженца, компас и топографска карта при зимни условия.	
22	11	Волейбол. Единична блокада. Нови знания	Обяснява техниката на единична блокада и ползата от ефективното ѝ прилагане в игрови условия.	НР Единична блокада без отскок и с отскок, с придвижване вляво и вдясно и по двойки. Преговор на технически похвати от 7. клас. Двустранна игра.	<i>Критерии за оценяване на технико-тактически умения</i> 1. Изпълнява правилно единична блокада. 2. Изпълнява точно забиване по посока на засилването. 3. Взаимодействия успешно като нападател или разпределител между първо и второ подаване.
23	12	Волейбол. Забиване по посока на засилването от зони 2, 3 и 4. Нови знания	Обяснява техниката на забиване по посока на засилването и ползата от ефективно ѝ прилагане в игрови условия.	НР Забиване след една, две и повече крачки, след бегом и след засилване от зони 4, 2 и 3 (имитационно). ЗР Единична блокада на статична топка в зона 2, 3, и 4. УС Подаване с две ръце отгоре и отдолу в посока напред, назад, встрани. ПИ „Подай топката на средния“, „Въздушна топка“	
24	12	Волейбол. Взаимодействия между първо и второ подаване, между разпределител и нападател. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в групови взаимодействия в нападение и в защита, като преживява различни емоции.	НР Игрови връзки между посрещач и разпределител – на първо и на второ подаване. ЗР Забиване по статично държана топка. УС Единична блокада. Двустранна игра.	<i>Критерии за приложимост</i> 4. Постига успех при посрещане на горен или долен начален удар – 1 от 3 опита. 5. Постига успех при единична блокада – 1 от 3 опита. 6. Постига точност на изпълнение на сервис в едната
25	13	Волейбол.	Прилага изучените тактически действия в групови	ЗР Игрови връзки между разпределител и нападател на първо и на второ подаване.	

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
		Взаимодействия между първо и второ подаване, между разпределител и нападател. Приложение	взаимодействия в нападение и в защита.	ЗР Забиване на по-ниска на височина мрежа след една, две и три крачки. Единична блокада. УС Подаване с две ръце отгоре и отдолу по тройки. Двустрани игра.	половина на игрището - 1 от 3 опита. <i>Критерии за оценяване на теоретичните знания</i> Знае правилата на играта за блокада и забиване.
26	13	Волейбол. Долен и горен лицев начален удар. РДК	Познава и прилага правилознание в учебни игри и състезания.	ЗР Начален удар в лявата и в дясната половина от игрището. ЗР Забиване след засилване. УС Единична блокада. Учебна игра.	
27	14	Волейбол. Посрещане на сервис. Приложение	Притежава способност да се противопоставя на влиянието на отрицателните емоции и изгражда психическа устойчивост.	ЗР Тактика на посрещане в „собствен коридор“. Посрещане и подаване в зона 1 и 2. ЗР Скъсен начален удар. Учебна игра.	
28	14	Волейбол. Посрещане на сервис. РДК	Познава и прилага правилознание в учебни игри и състезания.	ЗР Посрещане на сервис. УС Забиване след засилване. УС Единична блокада. Учебна игра.	
29	15	Туризм. Планинско спасяване. Приложение	Познава системата за планинско спасяване в Република България.	Запознава се с принципите и мерките за безопасност при туризм. Запознава се със системата за планинско спасяване. .	Дискутира въпроси за планинското спасяване.
30	15	Туризм. Планинско спасяване. РДК	Използва подръчни средства за планинско спасяване.	Запознава се с основните причините за нещастия при туризм. Изпълнява обездвижване с тояжка, дъска, клон, дреха, шал. Изпълнява носене и варианти с помощни средства.	Изпълнява носене на гръб по пресечен терен на разстояние 20 м.
31	16	Аеробика. Каланетика. Нови знания	Терминува и изпълнява упражнения от базов комплекс от аеробика/каланетика. Изпълнява съчетания от аеробната гимнастика или каланетиката.	НР Базов комплекс с общо въздействие – две-три упражнения за всички мускулни групи за загрявка – 15-минутна програма. Преговор на равновесни упражнения – равновесен стоеж, равновесен седеж и варианти, везна, колянноопорна везна. Музикална игра „Слушай музиката“.	Задържане на равновесно устойчиво положение 5 секунди.
32	16	Акробатични упражнения. Хватове с ръце. Нови знания	Разграничава и обяснява хващания с ръце в акробатиката.	НР Обикновен хват, хват длан за длан, дълбок хват, хват за лакът, хващане с пръсти, кръстосано хващане, хват вертикална поддръжка. ЗР Базов комплекс 15-минутна програма с общо въздействие за загряване.	Изпълнява хват при по-силно силово въздействие.

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
				Носене с кръстосан хват „начин столче“. Музикална игра „12 напред, 4 на място“.	
33	17	Акробатични упражнения. Динамични упражнения – скок кълбо в темпо. Нови знания	Коментира и изпълнява техниката на динамични упражнения.	НР Скок кълбо в темпо. Преговор – кълбо напред, кълбо назад, кълбо с изнесени напред ръце. ЗР 15-минутна програма за развитие на гъвкавост и отскокливост. ЗР Хватове с ръце. Гимнастическа щафета.	Изпълнява скок кълбо в темпо.
34	17	Акробатични упражнения. Балансови упражнения – видове стойки. Приложение	Коментира и изпълнява техниката на балансови упражнения	Преговор – тилна стойка, раменна стойка, челна стойка (м), стойка на ръце – варианти и комбинации. ЗР Скок кълбо в темпо. УС Базов комплекс – 15-минутна програма за развитие на силата и равновесната устойчивост.	
35	18	Народни хора и танци. Пайдушка четворка. Нови знания	Познава основни термини и понятия.	Разучаване на движение 1 – пайдушка вляво, и движение 3 – пайдушка вдясно	<i>Критерии за оценяване</i> Познава такта и хороводната песен на „Пайдушка четворка“.
36	18	Народни хора и танци. Пайдушка четворка. Нови знания	Познава основни термини и понятия.	Разучаване на движение 2 – подскок със стъпка с единия и другия крак на място и с придвижване в различни посоки.	Знае да брой и да описва „Пайдушка четворка“.

ВТОРИ УЧЕБЕН СРОК

№ по ред на урока	№ по ред на седмицата	Тема на урочна единица	Очаквани резултати от обучението	Методи на работа	Бележки
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
37	19	Народни хора и танци. Пайдушка четворка. Нови знания	Познава основни термини и понятия.	Разучаване на 4-тактова комбинация от 5 до 8 такт, включително многократно изпълнение.	Изпълнява самостоятелно движения на „Пайдушка четворка“. Изпълнява смесено „Пайдушка четворка“ с хват за длани.
38	19	Народни хора и танци. Пайдушка четворка. Приложение	Самооценява прилагането на водене и следване на танцовите движения, зададени от стила и емоцията на танца.	Свързване на движенията на хорото. Правилно стилово изпълнение.	
39	20	Народни хора и танци. Пайдушка четворка. Приложение	Инициира и изпълнява симетрични танцови фигури.	Правилно стилово изпълнение. Свързване на края с повторението на хорото.	
40	20	Акробатични динамични упражнения. Приложение	Коментира и изпълнява техниката на динамични упражнения.	Изпълнява по двойки: - изправяне и клякане с обикновен хват на ръцете; - изправяне и клякане с хват за лакти, с гръб един към друг; - с гръб един към друг накланяне напред и назад „сол-пипер“, с хват за лакти и вариант със задържане във водоравен наклон и сгъване на коленете от лег върху гърба на партньора. УС скок кълбо в темпо. НР Стречинг упражнения за разтягане.	Изпълнява правилно и без видимо усилие акробатични динамични упражнения.
41	21	Акробатични динамични упражнения. РДК	Коментира и изпълнява техниката на динамични упражнения.	Изпълнява по двойки: - от тилен лег – наклон напред и обратно назад с фиксиране на коленете от партньор; - от лицева опора – сгъване и разгъване на ръцете с фиксиране на стъпалата от партньор; - от лицева опора – повдигане и фиксиране на краката от партньор до стойка на ръце и задържане. Базов комплекс за развитие на силата.	

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
42	21	Акробатични упражнения. Балансови упражнения. Приложение	Коментира и изпълнява техниката на балансови упражнения.	Изпълнява по двойки: Равновесни упражнения варианти и комбинации. Полумост от стоеж със задържане от партньор. Полумост от лег и задържане от партньор.	Изпълнява акробатични балансови упражнения в задържане на баланс за 5 секунди.
43	22	Акробатични упражнения. Балансови упражнения. РДК	Коментира и изпълнява техниката на балансови упражнения.	Преговор на тилна, раменна стойка, челна стойка (м), стойка на ръце с варианти и комбинации. Раменна стойка със захващане на ръцете. Стречинг упражнения за разтягане.	
44	22	Скок на височина, начин „Коремно-претъркалящ“. Нови знания	Самооценява техниката на засилване и отскок на височина начин „коремно-претъркалящ“.	Запознаване с техниката на скок на височина начин „коремно-претъркалящ“. НР Отскок от място в съчетание с част от засилването. Преговор на изучавани скокови упражнения.	<p><i>Критерии за оценяване на техниката</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изпълнява правилна координация между ръцете и краката на скок на височина. 2. Отскача и не допуска нарушаване на правилата. 3. Демонстрира подчертано в летежната фаза телодържане начин „коремно-претъркалящ“. 4. Приземява се успешно, без да се травмира. <p><i>Критерии за приложимост</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Отскача максимално на височина без видимо нарушаване на техниката. 6. Постига личен отличен резултат.
45	23	Скок на височина, начин „Коремно-претъркалящ“. Нови знания	Самооценява техниката на летежна фаза и приземяване начин „коремно-претъркалящ“.	НР Движения при преодоляване на летвата и при приземяване. ЗР Отскок от място в съчетание с част от засилването. УС специални скокови упражнения.	
46	23	Скок на височина, начин „Коремно-претъркалящ“. Приложение	Самооценява ритъм и скорост на засилване.	НР Техника на бягане при засилването. ЗР Движения при преодоляване на летвата и при приземяване. УС Отскок от място в съчетание с част от засилването.	
47	24	Скок на височина, начин „Коремно-претъркалящ“. РДК	Самооценява техниката на засилване, отскок, летежна фаза и приземяване на скок на височина.	УС Цялостно изпълнение на скок на височина. Развитие на отскокливостта и скоковата издръжливост. Щафетни и ПИ с бягане и скачане.	
48	24	Туризм. Планинско спасяване. Нови знания	Знае и използва правила за опазване на здравето и природата при неблагоприятни природни явления – поройни валежи, поледица, градушка и гръмотевична буря.	Запознава се с особеностите на неблагоприятните атмосферни условия. Определя сила и величина на въздействие на опасност от неблагоприятните явления. Изпълнява предварителни мерки за предпазване. Прилага адекватно поведение при неблагоприятни явления.	

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
49	25	Туризм. Планинско спасяване. Приложение	Разпознава местни ветрове	Познава различни ветрове и може да определи посоката на вятъра. Взема предварителни мерки за предпазване от неблагоприятното влияние на вятъра. Прилага адекватно поведение за преодоляване на неблагоприятното влияние на вятъра. ПИ „От коя посока духа вятърът“, „Роза на ветровете“.	Знае и използва мерки за предпазване на собственото здраве.
50	25	Волейбол. Подсигуряване на блокада. Нови знания	Сравнява и обяснява техниката на упражненията и ползите от ефективно им прилагане в игрови условия.	НР Подсигуряване на блокада. УС Единична блокада и забиване по посока на засилването. УС Скъсен долен лицев начален удар. Двустранна игра.	<i>Критерии за оценяване на технико-тактическите умения</i> 1. Изпълнява правилно единична блокада срещу активен нападател. 2. Изпълнява забиване по посока на засилването срещу активен защитник. 3. Взаимодейства успешно на първо, на второ или на трето подаване като нападател или защитник. <i>Критерии за приложимост</i> 4. Постига успех при посрещане на горен или долен начален удар. 5. Постига успех при подсигуряване на блокада. 6. Постига точност на изпълнение на скъсен и удължен сервис.
51	26	Волейбол. Долен начален удар. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в групови и отборни взаимодействия в защита, като преживява различни емоции.	НР Взаимодействия на състезателите в защита. ЗР Подсигуряване на блокада. НР Удължен долен начален удар. Учебна игра.	
52	26	Волейбол. Групови взаимодействия в защита. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в групови и отборни взаимодействия в нападение, като преживява различни емоции.	НР Взаимодействия на състезателите в нападение. УС Подсигуряване на блокада. ЗР Удължен горен начален удар. Учебна игра. Комплексно развитие на двигателните качества.	
53	27	Волейбол. Групови взаимодействия в нападение. Приложение	Прилага изучените тактически действия в групови и отборни взаимодействия в нападение и в защита, като преживява различни емоции.	УС Игрови връзки между разпределител и нападател на първо и на второ подаване. УС Забиване по посока на засилването с активна единична блокада. УС Скъсен горен начален удар.	
54	27	Волейбол. Отборни взаимодействия. Приложение	Прилага изучените тактически действия в групови и отборни взаимодействия в нападение и в защита, като преживява различни емоции.	УС Игрови връзки между играчите на първо, на второ и на трето подаване. УС Забиване по посока на засилването с активна единична блокада. УС Скъсен долен начален удар.	
55	28	Волейбол. Отборни взаимодействия. Приложение	Прилага изучените тактически действия в групови и отборни взаимодействия в нападение и в защита, като преживява различни емоции.	УС Игрови връзки между разпределител и нападател. УС Забиване по посока на засилването. Единична блокада. Развитие на специфични за волейбола двигателни качества.	
56	28	Волейбол. Спортен празник – „Ден на волейбола“.	Прилага изучените технико-тактически действия в състезателни условия.	Провеждане на състезание – сборни отбори (момичета и момчета). Подбор на отбор на класа. Класиране чрез директно елиминиране. Награждаване	<i>Критерии за оценяване на теоретичните знания</i>

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
		Приложение			Обяснява тактически комбинации между нападател и разпределител.
57	29	Туризм. Туристическа щафета. Приложение	Прилага умения да предава и приема щафета сред природата.	Изпълнява туристически щафети: „Открий, вземи и предай щафетата“, „Разнообразна щафета“.	1. Правилно изпълнява и спазва правилата на щафетни игри 2. Демонстрира амбиция за победа и действа адекватно на състезателната ситуация.
58	29	Туризм. Подвижни игри на местността. Приложение	Прилага умения и въображение да играе и да се забавлява сред природата.	Изпълнява ПИ „Лов на зайци“, „Познай кой отсъства“, „Наблюдавай действията на учителя“.	Активно участва в игри на местността.
59	30	Баскетбол. Залъгващи движения с топка. Приложение	Самооценява изпълнението на техниката на залъгващи подавания.	НР Финтове с пристъпване-връщане, с пристъпване-обръщане. НР Подаване с проникване. УС Финтове без топка. Кръстосано водене. Двустранна игра.	<i>Критерии за оценяване на техникo-тактически умения</i> 1. Изпълнява успешно залъгващи финтове с топка. 2. Изпълнява правилно наказателен удар. 3. Изпълнява подаване с проникване и атакуване със стрелба.
60	30	Баскетбол. Бърз пробив. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в групови взаимодействия, като преживява различни емоции.	НР Бърз пробив – овладяване на отскочила от таблото топка, оформяне на атакуващ триъгълник. НР Придвижване и игра на защитниците срещу нападател с топка – затваряне на коридори между защитници, между защитник и крайна линия. УС Наказателен удар. Учебна игра.	
61	31	Баскетбол. Лична защита на ½ от игрището. Приложение	Познава и прилага правилознание в учебни игри.	ЗР Бърз пробив – овладяване на отскочила от таблото топка, оформяне на атакуващ триъгълник. ЗР Придвижване и игра на защитниците срещу нападател с топка – затваряне на коридори между защитници и между защитник и крайна линия. ЗР Финтове с пристъпване-връщане, с пристъпване-обръщане. ПИ - „Кой е най-точен от наказателната линия”	
62	31	Баскетбол. Бърз пробив. Нови знания	Прилага изучените тактически действия в отборни взаимодействия.	ЗР Бърз пробив – игра при числено превъзходство и неорганизирана защита. ЗР Придвижване и игра на защитниците срещу нападател с топка – затваряне на коридори между защитници, между защитник и крайна линия. Учебна игра.	

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
63	32	Баскетбол. Лична защита. РДК	Постига ниво на развитие на физическите качества.	УС Придвижване и игра на защитниците на ½ от игрището. УС Придвижване и игра на защитниците срещу пресичане. УС Бърз пробив при числено превъзходство и неорганизирана защита. Развитие на скоростна издръжливост и ловкост.	4. Участва успешно в комбинация при бърз пробив с активна защита. 5. Изпълнява лична защита, без да нарушава правилата на играта.
64	32	Баскетбол. Ден на баскетбола. Приложение	Прилага изучените тактически действия в отборни взаимодействия.	Провеждане на състезание – (момчета и момчета). Подбор на отбор на класа. Класиране чрез директно елиминиране. Награждаване	6. Демонстрира амбиция за победа и действа адекватно на състезателната ситуация. <i>Критерии за оценяване на теоретичните знания</i> Анализира по подходящ начин игрови ситуации при бърз пробив и лична защита.
65	33	Туризм. Летен туристически поход. РДК	Постига ниво на развитие на физическите качества	Изпълнява ходови преходи отсечки с времетраене за един преход от 30-40 минути, с ходовите километри за деня 4-5 км. Изпълнява естественоприложни упражнения за хармонично развитие на двигателните качества.	1. Видимо не се уморява при придвижване в пресечен терен и на по-трудни места от терена.
66	33	Туризм. Летен туристически празник. Приложение	Използва и прилага придвижване с почивки до 4 часа в гористите части на планината.	Изпълнява ходови преходи отсечки с времетраене за един преход от 30 – 40 минути, с ходовите километри за деня 4 или 5 км. Изпълнява игри на местността в голямата почивка по време на похода.	2. Правилно изпълнява придвижване в различните звена на походния строй. 3. Активно участва в подвижни игри и състезания
67	34	Техника на хвърляне. Хвърляне на плътна топка с дръжка. Нови знания	Описва, разпознава и възпроизвежда основни елементи на техника на хвърляне на плътна топка с дръжка.	НР Размахвания в предно-задна посока с усукване на тялото вляво и вдясно в хоризонталната равнина. НР Групиране за финалното усилие чрез имитационни упражнения – хвърляне със замах отзад-встрани до напред и нагоре с пренасяне на тежестта на тялото.	
68	34	Техника на хвърляне.	Описва, разпознава и възпроизвежда основни	НР Хвърляне от лява напречна разкрячка, с лице по посока на хвърлянето.	

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
		Хвърляне на плътна топка с дръжк Нови знания	елементи на техника на хвърляне на плътна топка с дръжка.	НР Хвърляне от лява странична разкрачка с усукване на тялото вляво и вдясно. ЗР Размахвания в хоризонталната равнина в предно-задна посока с усукване на тялото вляво и вдясно.	
69	35	Техника на хвърляне. Хвърляне на плътна топка с дръжка. Приложение	Описва, разпознава и възпроизвежда основни елементи на техника на хвърляне на плътна топка с дръжка.	ЗР Хвърляне от лява напречна разкрачка, с лице и рамо по посока на хвърлянето. ЗР Хвърляне от лява странична разкрачка с усукване на тялото вляво и вдясно. ЗР Групиране за финалното усилие с пренасяне на тежестта на тялото.	
70	35	Техника на Хвърляне. Хвърляне на плътна топка с дръжка. Приложение	Самооценява изпълнението на хвърляне.	Цялостно изпълнение на хвърляне на плътна топка с дръжка.	
71	36	Физическа дееспособност. Изходно ниво	Работи с таблици за оценка на физическата дееспособност. Самооценява и сравнява постиженията си.	Изпълнява тестове за физическа дееспособност. Съпоставя постиженията си с нормативните показатели от тестовете за измерване на физическата дееспособност.	Измерване на бягане на 50 м, скок на дължина от място.
72	36	Физическа дееспособност. Изходно ниво	Работи с таблици за оценка на физическата дееспособност. Самооценява и сравнява постиженията си.	Изпълнява тестове за физическа дееспособност. Съпоставя постиженията си с нормативните показатели от тестовете за измерване на физическата дееспособност.	Измерване - хвърляне на плътна топка 3 кг (м); изправяне от лег (момичета), бягане 300 м момичета, 600 м (м).

Легенда на съкращенията:

- РДК** – развитие на двигателните качества;
- НР** – начално изучаване на двигателните навици и умения;
- ЗР** – задълбочено изучаване на двигателните навици и умения;
- УС** – усъвършенстване на двигателните навици и умения;
- ПИ** – подвижни игри;
- СПИ** – спортно-подготвителни игри.

Урочните единици за нови знания, приложение в игрова дейност и развитие на двигателните качества са разпределени препоръчително в съответствие с утвърденото разпределение на учебните часове в учебната програма:

<i>за нови знания</i>	<i>33% - 24 учебни часа;</i>
<i>за приложение в игрова дейност</i>	<i>44 % - 32 учебни часа;</i>
<i>за развитие на двигателните качества</i>	<i>17% - 12 учебни часа;</i>
<i>за диагностика на физическата дееспособност</i>	<i>6% - 4 учебни часа</i>

Разпределението на урочните единици по областите на учебното съдържание включва:

18 урочни единици по лека атлетика, спортни игри – 28 урочни единици, по 14 урочни единици за волейбол и баскетбол, 13 урочни единици по гимнастика, 12 урочни единици по туризъм и за преговор една самостоятелна урочна единица.

Процентно разпределение на задължителните учебни часове за годината:

83% за задължителните области на учебното съдържание и 17% за избираемите области на учебното съдържание.