

# КОНСПЕКТ

## по ФВС за 7 клас

1. Техника на бягане – спринт, стартиране, финиширане.
2. Хвърляне и тласкане на плътна топка.
3. Футбол – водене, спиране, стрелба.
4. Волейбол – подаване с две ръце отдолу и отгоре, поемане, начален, нападение.
5. Баскетбол – видове стрелба, водене, подаване и ловене на топката на място и в движение.
6. Хандбал – видове стрелба, водене, подаване и ловене на топката на място и в движение.
7. Гимнастика – задно кълбо до колянна упорна везна, странично колело, стойка с падане до тилен лек, силова челна стойка, мост от различно изходно положение.
8. Основна гимнастика – осморки.

КРИТЕРИИ ЗА ОЦЕНКА				
Ядра; теми	Среден 3	Добър 4	Мн. Добър 5	Отличен 6
Лека атлетика – бягане на средни разстояния, спринтове, стартиране, финиширане, тласкане.	Възпроизвежда техническите елементи на изучените дисциплини.	Изпълнява техническите елементи на изучените дисциплини при неправилно положение на тялото.	Координира движението на ръцете и краката при изпълнение на техническите елементи на изучените дисциплини.	Владее основите на техниката на изучените дисциплини.
Спортни игри – футбол, волейбол, баскетбол, хандбал.	Възпроизвежда техническите елементи на изучените игри.	Изпълнява техническите елементи на изучените спортни игри при неправилно положение на тялото.	Координира движението на ръцете и краката при изпълнение на техническите елементи на изучените спортни игри.	Владее основите на техниката на изучените спортни игри.
Гимнастика – задно кълбо, странично кълело, стойка с падане до тилен лек, челна стойка, осморки.	Възпроизвежда техническите елементи на изучените спортни упражнения.	Изпълнява техническите елементи на изучените спортни упражнения при неправилно положение на тялото.	Координира движението на ръцете и краката при изпълнение на техническите елементи на изучените спортни упражнения.	Владее основите на техниката на изучените спортни упражнения.