



**СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ
ОХРИДСКИ" ФАКУЛТЕТ ПО НАЧАЛНА И
ПРЕДУЧИЛИЩНА ПЕДАГОГИКА**

1574 София, бул. " Шипченски проход " N 69^a, тел.: 02/872-08-93

Утвърждавам:.....

/проф.д-р Б. Ангелов/

К О Н С П Е К Т

ПИСМЕН ДЪРЖАВЕН ИЗПИТ – ОКС „БАКАЛАВЪР”

СПЕЦИАЛНОСТ: „ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ“

1. Предмет и методологични основи на теорията на физическото възпитание. Цел, задачи и значение на физическото възпитание: основни понятия; методи на изследване.
2. Средства на физическото възпитание. Физическото упражнение като основно средство – обща характеристика, произход и развитие на физическите упражнения. Съдържание, форма и техника на физическите упражнения. Характеристики на движението. Класификация на физическите упражнения.
3. Същност и характерни особености на игрите, гимнастиката, туризма и спорта като специфична двигателна дейност.
4. Естествените сили на природата и хигиенните фактори като допълнителни средства за физическо възпитание.
5. Методи на физическото възпитание. Класификация и характеристика. Специфика на приложението им във възрастов аспект.
6. Учебен процес по физическо възпитание – характеристика; знанията, уменията и навиците в учебния процес; етапи на обучението.
7. Организационни форми по физическо възпитание и спорт. Урокът по физическо възпитание и спорт – задачи, структура, съдържание. Видове уроци. Специфика на уроците според етапите и степените на СОУ.
8. Методически изисквания при подготовката и провеждането на урока по физическо възпитание и спорт. Оценяване работата на учителя в урока.
9. Функционално натоварване. Компоненти на натоварването. Методи за установяване и регулиране на натоварването в урока по физическо възпитание и спорт.
10. Плътност на урока по физическо възпитание и спорт – видове, методи за измерване и

оценяване. Начини за повишаване на плътността в урока.

11. Документи на образователната система в Република България. Учебен план. Държавни образователни изисквания. Учебни програми – цел, задачи, структура и съдържание в отделните степени на СОУ.
12. Бързината като двигателно качество – характеристика. Средства и методи за развиването ѝ – възрастови особености.
13. Мускулната сила като двигателно качество – характеристика. Средства и методи за развиването ѝ – възрастови особености.
14. Издръжливостта като двигателно качество – характеристика. Средства и методи за развиването ѝ – възрастови особености.
15. Ловкостта и гъвкавостта като двигателни качества – характеристика. Средства и методи за развиването им – възрастови особености.
16. Тренировъчното натоварване – същност, тренираност, спортна форма.
17. Работоспособност и умора. Възстановяване.
18. Система на спортната подготовка – основни фактори на системата: видове подготовка, периодизация, планиране и контролиране на тренировъчния процес.

Ръководител на катедра

„Начална училищна педагогика“:

/доц. д-р Г. Кирова/

ЛИТЕРАТУРА

Основна

1. **Бачев В.**, Основи на научните изследвания в спорта, Ес – принт, С, 2011.
2. **Богданов П., С. Иванов**, Биомеханика на физическите упражнения, Медицина и физкултура, С, 1985.
3. **Давидов, Д. Е. Николова**. Диагностика на урока по физическо възпитание
4. **Дилова-Нейкова, Цв., Д. Давидов, Т. Давидова, М. Алексиева, Р. Димкова.**(2004) Физическото възпитание в основно-образователната степен, начален етап I-IV клас – методика на обучението. В. Търново, Изд. „Бойка“
5. **Джамбазова, Е.** (2001). Книга за учителя по физическо възпитание за първи клас. Изд. Булвест 2000
6. **Джамбазова, Е. , С. Ингелска** (2004). Книга за учителя по физическо възпитание за втори клас. Изд. Булвест 2000
7. **Джамбазова, Е. С. Ингелска** (2005). Книга за учителя по физическо възпитание за трети клас. Изд. Булвест 2000
8. **Джамбазова, Е. С. Ингелска** (2005). Книга за учителя по физическо възпитание за четвърти клас. Изд. Булвест 2000
9. **Желязков, Цв., Д. Дашева**. Основи на спортната тренировка.
10. **Йорданова, Н.** Физическото възпитание и образование на българските ученици. Шумен. УИ „Епископ Константин Преславски“
11. **Каваклова К.**, Приложни упражнения съставени от някои естествени движения на човека, Университетско издателство „Св. Климент Охридски”, С, 2000.
12. **Каваклова К.**, Систематизация, класификация и терминология на положенията и движенията с тялото, Веда Словена, С, 2014.
13. **Каваклова К.**, Систематизация, класификация и форми за разнообразяване на приложните упражнения, Университетска издателство „Св. Климент Охридски”, С, 2015.
14. **Каваклова К.**, Систематизация и класификация на гимнастическите общоразвиващи упражнения, комплекси и съчетания, Университетско издателство „Св. Климент Охридски”, С, 2015.
15. **Петров П.**, Дидактика, Университетско издателство „Св. Климент Охридски”, С, 1992.
16. **Попов И., Е. Христова, П. Буюклиев**, Теория и методика на физическото възпитание, Народна просвета, С, 1979.
17. **Попов, Ив., А. Ангелов, Св. Димитрова**. Теория на физическото възпитание. Изд. Народна просвета
18. **Рачев К. И кол.**, Теория и методика на физическото възпитание, Медицина и физкултура, С, 1991.
19. **Русев, Р.** (2000). Теория на физическото възпитание. Благоевград

20. Теория и методика на физическото възпитание. Учебник. под ред. на Кр. Рачев, МиФ, 1998
21. **Ценева, Е.** Педагогика на физическото възпитание

Допълнителна

1. **Джамбазова, Е.** (2005). Нормативна база за реализация на предмета физическо възпитание и спорт в I-IV клас. В: Сб. Осигуряване и оценяване качество на обучение. Изд. „Веда Словена-ЖГ“, с.290-292
2. **Джамбазова, Е.** (2009). Игрите в обучението по физическо възпитание I-IV клас. Изд. „Веда Словена-ЖГ“;
3. **Джамбазова, Е.** Учебната програма по физическо възпитание за I-IV клас и обучението в лекоатлетическите упражнения, сб. Образованието днес – образование за утре, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, с. 373-376, С, 1999.
4. **Джамбазова, Е.** Учебното съдържание на допълнителните ядра в програмата по физическо възпитание и спорт за I-IV клас – предизвикателство за учителя, сб. Обучение и възпитание в началните училища, детските градини и специалните училищни заведения, Веда словена-ЖГ, с. 226-228, 2004.
5. **Йорданова, Н.** Физическите и координационни способности- фактор за спортното обучение на учениците