**Професионална гимназия по селско стопанство - Нова Загора**

# КОНСПЕКТ
## по
## Физическо възпитание и спорт
### за 11 клас

| № | ТЕМА |
|---|---|
| 1. | Нисък старт. Стартово ускорение. |
| 2. | Бягане 50м . |
| 3. | Скок дължина от място. |
| 4. | Висок старт. |
| 5. | Бягане по разстоянието. |
| 6. | Щафетно бягане. |
| 7. | Висок старт. Финиширане. |
| 8. | Водене, спиране, стрелба в коша. |
| 9. | Водене и бърз пробив по двойки. |
| 10. | Подаване, ловене и стрелба в коша. |
| 11. | Пивотиране. |
| 12. | Бърз пробив по тройки. |
| 13. | Стрелба в коша. |
| 14. | Стрелба в коша след баскетболна крачка. |
| 15. | Стрелба от средни разстояния от място и с отскок. |
| 16. | Индивидуални действия в защита. |
| 17. | Стрелба от линията на трите точки. |
| 18. | Индивидуални действия в нападение. |
| 19. | Стрелба от линията на трите точки с отскок. |
| 20. | Групови тактически действия в защита. |
| 21. | Групови тактически действия в нападение. |
| 22. | Стрелба от наказателната линия. |
| 23. | Бягане 300 м. |
| 24. | Подаване с две ръце отгоре. |
| 25. | Подаване с две ръце отдолу. |
| 26. | Посрещане. Начален удар. |
| 27. | Нападение от зона 2 и 4. |
| 28. | Горен лицев начален удар. |
| 29. | Нападение по посока на засилването. |