Професионална гимназия по селско стопанство - Нова Загора

КОНСПЕКТ
по
Физическо възпитание и спорт
за 9 клас

№	ТЕМА
1.	Бягане на къси разстояния.
2.	Бягане 50м .
3.	Скок дължина от място.
4.	Висок старт.
5.	Приемане, предаване на щафета.
6.	Щафетно бягане.
7.	Нисък 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.	Ловене и подаване в движение.
13.	Стрелба в коша с една ръка от място.
14.	Стрелба в коша след баскетболна крачка.
15.	Дрибъл с лява и дясна ръка на място и в движение.
16.	Индивидуални действия в защита.
17.	Стрелба в движение с една ръка над рамо.
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 и отдолу.
25.	Отиграване на топки до мрежата.
26.	Посрещане. Начален удар.
27.	Забив, блокада.
28.	Горен лицев начален удар.
29.	Нападение по посока на засилването.