

**СРЕДНО УЧИЛИЩЕ „ПЕТКО РАЧОВ СЛАВЕЙКОВ” КРИЧИМ**

**4220 гр. Кричим, бул. „Тракия” № 24; тел. 03145/24-73 e-mail: [pslaveikov@abv.bg](mailto:pslaveikov@abv.bg)**

**КОНСПЕКТ ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ ЗА 9 КЛАС**

1. ИФД-бягане на 30 м. и на 200 м., скок на дължина от място, хвърляне на плътна топка. Т-тест.
2. Волейбол. Техника на посрещане на сервис.
3. Волейбол-техника на долен лицев начален удар.
4. Волейбол-техника на горен лицев начален удар.
5. Баскетбол. Ловене и подаване на топката в движение
6. Баскетбол. Стрелба в коша с една ръка от място
7. Футбол-техника на прав външен удар.
8. Футбол-техника на прав вътрешен удар.
9. Тенис на маса. Дланен изтеглен нападателен удар
10. Тенис на маса. Дланни отбранителни удари

Изготвил:

/ Г. Малинов/