



УТВЪРЖДАВАМ:

ЧАВДАР ЗДРАВЧЕВ
ДИРЕКТОР НА СУ „ПРОФ. Д-Р АСЕН ЗЛАТАРОВ

КОНСПЕКТ ЗА ИЗПИТ ЗА ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ГОДИШНА ОЦЕНКА

Учебен предмет: Физическо възпитание и спорт

Клас: III

Вид подготовка: Общобразователна

Форма на обучение: Самостоятелна

1. Лека атлетика. Бягане на 50м и на 200м. Стартиране. Бягане висок старт. Бягане нисък старт.
2. Лека атлетика. Скок на дължина от място с два крака.
3. Лека атлетика. Скок на височина с един и два крака.
4. Хвърляне на малка плътна топка в далечина.
5. Хвърляне на голяма плътна топка (1 кг) с две ръце над глава.
6. Футбол. Стартиране, бягане с промяна на посоката.
7. Футбол. Подход към топката, овладяване и подаване от място и в движение.
8. Футбол. Водене на топката и удар във вратата.
9. Хандбал. Стартиране, бягане с промяна на посоката
10. Хандбал. Ловене и подаване на топката с една и две ръце над рамо и пред гърди.
11. Хандбал. Водене на топката и стрелба в кош.
12. Гимнастика. Ниска греда – стоеж, седеж, предвижване, правилознания.
13. Гимнастика. Висилка – хват, вис, махове.
14. Туризъм. Ориентиране сред природата.
15. Туризъм. Определяне на разстояния без уреди.
16. Народни хора – право хоро, ръченица.

Изготвил: Гергана Стойчева