



УТВЪРЖДАВАМ: .....

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

**КОНСПЕКТ  
ЗА ИЗПИТ  
ЗА ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ГОДИШНА ОЦЕНКА**  
учебна 2021/2022 година

**Учебен предмет: Физическо възпитание и спорт**

**Клас: IV**

**Вид подготовка: Общобразователна**

**Форма на обучение: Самостоятелна**

1. Лека атлетика. Бягане на 30м и 200м. Скок на дължина – засилване, отскок, летежна фаза, приземяване. Т-тест. Хвърляне на малка плътна топка на дължина с кръстосана крачка. Камшичен мах.
2. Стартиране. Финиширане.
3. Футбол – техника без топка. Жонглиране, подаване и овладяване на футболна топка. Удар по търкаляща се футболна топка.
4. Хандбал. Подаване с една ръка на хандбална топка. Ловене на търкаляща се хандбална топка. Подаване над рамо след три хандбални крачки. Водене на хандбална топка. Групови действия в нападение по хандбал и в защита.
5. Баскетбол. Ловене и подаване с една и две ръце. Водене на баскетболна топката. Индивидуална и групова тактика по баскетбол. Пивотиране. Стрелба в коша от място и в движение.
6. Гимнастика. Земя. Греда. Равновесни и динамични гимнастически упражнения. Гимнастика - Висилка. Прескок на скрин.
7. Туризм. Туристическа карта. Техника на придвижване. Ориентиране.
8. Народни хора. Дунавско хоро.

**Изготвил: Гергана Стойчева**