**КОНСПЕКТ СФО- ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ -9КЛАС**

1. Волейбол:

1.1. Правилознание

- игрище – размери, линии, зони, играчи

- грешки при изпълнение на начален удар

1.2. Практика

- Горен лицев начален удар;

- забиване по посока на засилване;

- подсигуряване при пусната топка.

2. Баскетбол

2.1. Правилознание

- игрище – размери, линии, зони, играчи

2.2 Практика

- стрелба в коша от далечно разстояние;

- скрити подавания;

- заслон и контразаслон.

3. Лека атлетика.

- бягане по дължина;

- скок на дължина начин „дъга“;

- скъсен и удължен нисък старт;

- щафетно бягане.