



ОСНОВНО УЧИЛИЩЕ „ФИЛИП САКЕЛАРИЕВИЧ”

гр.Свищов – 5250; ул. „Алеко Константинов” № 24; тел: 0631/ 6 05 35; e-mail: sacelariovich@mail.bg

Утвърдил :.....

/ Емилия Иванова/

Директор на ОУ” Филип Сакелариевич” гр.Свищов

КОНСПЕКТ ПО ФВС –ЗУЧ V КЛАС

1. 30 м. гладко бягане.
2. Скок на дължина от място.
3. Т-тест.
4. Нисък старт.
5. Скок на дължина начин “свит“ фази.
6. Б-л: дрибъл на място и в движение.
7. Б-л: стрелба от място от гърди с две ръце.
8. Б-л: ИТД в защита.
9. Б-л: ИТД в нападение.
- 10.Ф-л: водене на топка с различни части на ходилото.

Изготвил.....

/Таня Драгиева/