

Утвърдил: .....  
 Директор: **И. Георгиева**



## Физическо възпитание и спорт - 12 клас

Номер	Седм.	Тема	Вид	Бележки
1	1	Инструктаж за безопасност. Волейбол-учебна игра	НЗ	
2	1	Волейбол. Подавания.НУ. Уч. игра	УПР	
3	2	Волейбол. Подавания.НУ. Уч. игра	УПР	
4	2	Волейбол. Подавания. Уч. игра	УПР	
5	3	Тест 30 м. Волейбол. Уч. игра	ПК	
6	3	Тест дълъг скок. Волейбол. Уч. игра	ПК	
7	4	Тест пл. топка. Волейбол Уч. игра	ПК	
8	4	Т- тест.Волейбол. Подавания.Правилосзнание Уч. игра	УПР	
9	5	Волейбол. Спасяване с една ръка Уч. игра	УПР	
10	5	Волейбол. Подавания.НУ. Уч. игра	УПР	
11	6	Волейбол. Нач. удари. Уч. игра	УПР	
12	6	Тест 200. Волейбол.Учебна игра	ПК	
13	7	Волейбол. Правилосзнание. Уч. игра	УПР	
14	7	Волейбол. Подавания.Правилосзнание Уч. игра	УПР	
15	8	Волейбол. Спасяване на задна линия. Уч. игра	УПР	
16	8	Волейбол: Усъвършенстване начални удари.	ПК	
17	9	Волейбол: Усъвършенстване начални удари.	ПК	
18	9	Усъвършенстване забиване.	УПР	
19	10	Усъвършенстване забиване.	УПР	
20	10	Усъвършенстване единична блокада.	НЗ	
21	11	Усъвършенстване единична блокада.	НЗ	
22	11	Усъвършенстване индивидуална техника в нападение.	НЗ	
23	12	Усъвършенстване индивидуална техника в нападение.	НЗ	
24	12	Усъвършенстване индивидуална техника в защита.	НЗ	
25	13	Усъвършенстване индивидуална техника в защита.	НЗ	
26	13	Оценка на техн.- такт. Умения.	НЗ	
27	14	Оценка на техн.- такт. Умения.	НЗ	
28	14	Съдийство и състезателни игри.	НЗ	
29	15	Съдийство и състезателни игри.	НЗ	
30	15	Волейбол. Забиване и единична блокада. Подсигуряване на блокада.Учебна игра. РДК-сила, отскокливост	НЗ	
31	16	Работа за физически качества	УПР	
32	16	Работа за физически качества	УПР	
33	17	Волейбол. ЗУ на ГНУ, ДНУ.ЗУ на изучените похвати. Учебна игра.Кръгово занимание.	УПР	
34	17	Волейбол. ЗУ на посрещане и отиграване. ЗУна блокада-единична. Учебна игра.КРДК.	УПР	
35	18	Волейбол. ЗУ на ГНУ.Блокада-двойна.ЗУ на видовете подавания. Учебна игра. РДК-сила на д.крайници	ПК	
36	18	Работа за качества . Волейбол. Учебна игра	УПР	
37	19	Работа за качества . Тест 30 м	ПК	
38	19	Волейбол. ЗУ на посрещане и отиграване. ЗУна блокада-единична. Учебна игра.КРДК.	УПР	
39	20	Волейбол. Учебна игра. Тест дълъг скок	ПК	
40	20	Волейбол. Учебна игра. Тест 200 м	УПР	
41	21	Волейбол. Учебна игра. Тест плътна топка	НЗ	

Номер	Седм.	Тема	ВидБележки
42	21	Волейбол. топки близки до мрежата-ЗР. Уч. игра	УПР
43	22	Волейбол. топки далеч от мрежата-ЗР. Уч. игра	УПР
44	22	Волейбол. Инд. тактически действия. Уч. игра	УПР
45	23	Волейбол. Подсигуряване в отбрана. Уч. игра	ПК
46	23	Волейбол. топки близки до мрежата-ЗР. Уч. игра	УПР
47	24	Волейбол. топки далеч от мрежата-ЗР. Уч. игра	УПР
48	24	Волейбол. Инд. тактически действия. Уч. игра	УПР
49	25	Волейбол. Подсигуряване в отбрана. Уч. игра	УПР
50	25	Волейбол. Колективна тактика в отбрана. Уч. игра	УПР
51	26	Волейбол. Блокада. ПравилознаниеУч. игра	УПР
52	26	Волейбол. Блокада. ПравилознаниеУч. игра	УПР
53	27	Волейбол. Системи на игра. КомбинацииУч. игра	УПР
54	27	Волейбол. Системи на игра. Уч. игра	УПР
55	28	Волейбол. Уч. игра. Съдийство от ученик	УПР
56	28	Интердисциплинарен урок	ПК
57	29	Волейбол. Уч. игра	ПК
58	29	Волейбол Уч. игра	ПК
59	30	Волейбол.Учебна игра	ПК
60	30	Волейбол. Контрол и оценка	ПК
61	31	Волейбол. Контрол и оценка	ПК
62	32	Заклучителен урок. Анализ	НЗ

Изготвил:.....  
/И. Пенев/