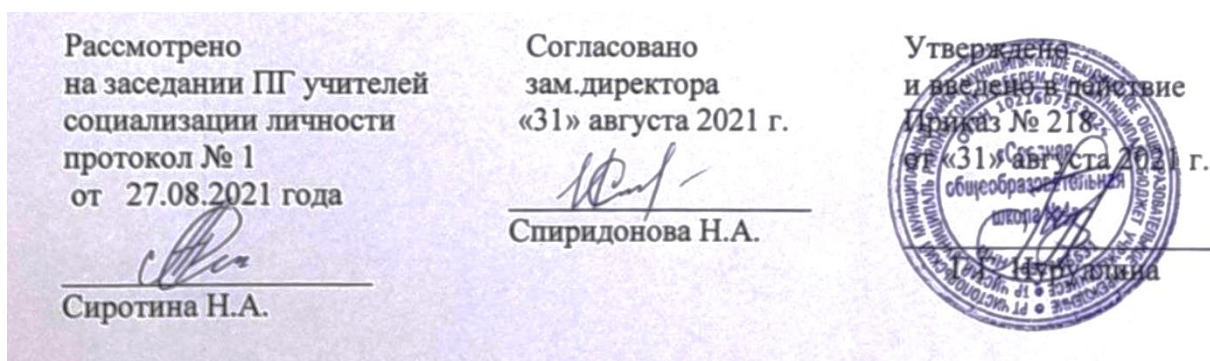


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»
Чистопольского муниципального района РТ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Баскетбол»

Направление: спортивно-оздоровительное

5-9 классов

Составитель: Мустафина Марса Нажипович

Учителя физической культуры

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” является формирование следующих умений:

- **определять** и **высказывать** простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД.

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- **Проговаривать** последовательность действий.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, учить **работать** по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД.

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. **Слушать** и **понимать** речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для

жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” учащиеся

смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу

Содержательное обеспечение разделов программы.

Теоретическая подготовка.

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка.

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка.

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.

- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.

- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Ожидаемый результат:

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья.

Тематическое планирование

№	Виды подготовки	Количество занятий
1.	Перемещения	8
2.	Верхняя передача мяча. Нижняя передача мяча	5
3.	Ведение мяча	16
4.	Броски мяча в кольцо	25
5.	Подвижные игры и эстафеты	8
6.	Физическая подготовка в процессе занятия.	
7.	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	22
8.	Передачи мяча	21
9.	Двусторонняя учебная игра	31
10.	Групповые тактические действия в нападении, защите	14
11.	Перехват мяча	13
12.	Командные тактические действия в нападении и защите	11
13.	Итого	174

Тематическое планирование

1-й год обучения (5 класс)

№	Название темы	Тип подготовки	Кол-во часов
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Теор. ОФП	1
2.	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	Теор. Техн.	1
3.	Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	1
4.	Передача мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
5.	Техника передвижения при нападении	Техн.	1

6.	Способы ловли мяча.	Техн.	1
7.	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Теор. Техн.	1
8.	Бросок мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
9.	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Теор. СФП	1
10.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт	1
11.	Техника ведения мяча.	Техн.	1
12.	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	1
13.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Такт.	1
14.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
15.	Ловля двумя руками «низкого мяча».	Техн.	1
16.	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Техн.	1
17.	Контрольные испытания.	Контр.	1
18.	Командные действия в нападении.	Такт.	1
19.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Техн.	1
20.	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Теор. ОФП	1
21.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
22.	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП	Техн. СФП	1
23.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП	Теор. ОФП	1
24.	Командные действия в нападении.	Такт.	1
25.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Такт.	1
26.	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Такт.	1
27.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
28.	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	Теор.	1
29.	Индивидуальные действия при нападении.	Такт.	1
30.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	Теор.	1

		СФП	
31.	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Техн.	1
32.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Такт.	1
33.	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
34.	Учебная игра.	Такт.	1
35.	Учебная игра.	Такт.	1

Тематическое планирование.
2-й год обучения (6класс).

№	Название темы	Тип подготовки	Кол-во часов
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Теор. ОФП	1
2.	Техника передвижения при нападении.	Техн.	1
3.	Тактика нападения.	Такт.	1
4.	Индивидуальные действия без мяча.	Такт.	1
5.	Контрольные испытания.	Контр.	1
6.	Учебная игра. ОФП	Интегр.	1
7.	Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	1
8.	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Такт.	1
9.	Индивидуальные действия при нападении.	Такт.	1
10.	Учебная игра.	Интегр.	1
11.	Единая спортивная классификация. ОФП	Теор. ОФП	1
12.	Прыжки толчком с двух ног.	Техн.	1
13.	Специальная физическая подготовка.	Техн.	1
14-15	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Такт.	1
16.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Такт.	1
17.	Учебная игра.	Интегр.	1
18.	Личная и общественная гигиена. ОФП	Теор. ОФП	1
19.	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	Техн. СФП	1
20.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт.	1
21.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	СФП	1
22.	Учебная игра.	Интегр.	1
23.	Закаливание организма спортсмена. ОФП	Теор. ОФП	1

24.	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	Техн. СФП	1
25-26.	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Такт.	1
27.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
28.	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	Интегр.	1
29-30.	Контрольные испытания.	Контр.	1
31-32.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	Теор. ОФП	1
33.	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	Техн.	1
34.	Учебная игра.	Техн.	1
35.	Учебная игра.	Техн.	1

Тематическое планирование.

3 -й год обучения(7 класс).

№	Название темы	Тип подготовки	Кол-во часов
1.	Командные действия в нападении.	Такт.	1
2.	Многократное выполнение технических приемов.	Интегр.	1
3.	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Теор. Техн.	1
4.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Техн.	1
5.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Такт.	1
6.	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Такт.	1
7.	СФП	СФП	1
8.	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	Теор.	1
9.	ОФП	ОФП	1
10.	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Техн.	1

11.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Такт.	1
12.	Многократное выполнение технических приемов.	Такт. Интегр.	1
13.	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	Теор. ОФП	1
14.	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	Техн. Интегр.	1
15.	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Такт. СФП	1
16.	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия.	Теор. Техн.	1
17.	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Такт.	1
18.	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
19.	Методы спортивной тренировки. ОФП	Теор. ОФП	1
20.	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	Теор. СФП	1
21.	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	1
22.	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	Такт.	1
23.	Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов.	Интегр.	1
24.	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Техн.	1
25.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Интегр.	1
26.	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра.	Техн. Интегр	1
27.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Такт.	1
28.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
29.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Техн.	1
30.	Чередование изученных тактических действий	Интегр.	1
31.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
32.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Теор. ОФП	1

33.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
34.	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Такт. СФП	1
35.	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Теор. Контр.	1

Тематическое планирование.
4-й год обучения (8класс).

№	Название темы	Тип подго- товки	Кол-во часов
1.	Единая спортивная классификация. ОФП	Теор. ОФП	1
2.	Совершенствование техники передвижения при нападении.	Техн.	1
3.	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Такт.	1
4.	Контрольные испытания. Учебная игра.	Контр. Интегр.	1
5.	Костно- мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.	Теор. Техн.	1
6.	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	Такт.	1
7.	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
8.	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП	Теор. ОФП	1
9.	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	Техн. СФП	1
10.	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Такт.	1
11.	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
12.	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	Теор. Техн.	1
13.	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	Такт.	1
14.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	Интегр.	1
15.	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Теор. ОФП	1
16.	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за	Техн.	1

	спины в пол. СФП	СФП	
17.	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Такт.	1
18.	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Такт.	1
19.	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	Теор. Интегр.	1
20.	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	Контр. Техн. СФП	1
21.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	Теор. ОФП Такт.	1
22.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	Такт. Интегр.	1
23.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	Теор. Техн. ОФП	1
24.	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Техн.	1
25.	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
26.	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	Такт. СФП	1
27.	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	Теор. ОФП Техн.	1
28.	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Такт.	1
29.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Такт. Интегр.	1
30.	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.	Теор. ОФП Техн.	1
31.	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	Техн. Интегр.	1
32.	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Такт. СФП	1
33.	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	Теор. Техн.	1
34.	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Такт.	1
35.	Учебная игра.	Техн.	1

Тематическое планирование.
5-й год обучения (9класс).

№	Название темы	Тип подго- товки	Кол-во часов
1.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	1
2.	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
3.	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	Теор. ОФП Техн.	1
4.	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Такт.	1
5.	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	Такт. Интегр.	1
6.	Воспитание нравственных и волевых качеств. СФП.	Теор. СФП	1
7.	Контрольные испытания. Учебная игра.	Контр. Интегр.	1
8.	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	Такт.	1
9.	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	Интегр.	1
10.	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП	Техн. ОФП	1
11.	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Теор. СФП Техн.	1
12.	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Такт.	1
13.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Интегр.	1
14.	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	Теор. ОФП Техн.	1
15.	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	Техн. Интегр	1
16.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков.	Теор. Интегр.	1
17.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в	Техн.	1

	сторону. Техника овладения мячом.		
18.	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП	Такт. СФП	1
19.	Чередование изученных тактических действий	Интегр.	1
20.	Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра.	Теор. Техн.	1
21.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
22.	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
23.	Совершенствование техники ведения мяча.	Техн.	1
24.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Теор. ОФП	1
25.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1
26.	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Такт. СФП	1
27.	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Теор. Контр.	1
28.	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Техн.	1
29.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	1
30.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	1
31.	Совершенствование техники бросков мяча.	Техн.	1
32.	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	Такт.	1
33.	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Техн.	1
34.	Итоги прошедшего спортивного года.	Теор.	1
35.	Учебная игра.	Интегр.	