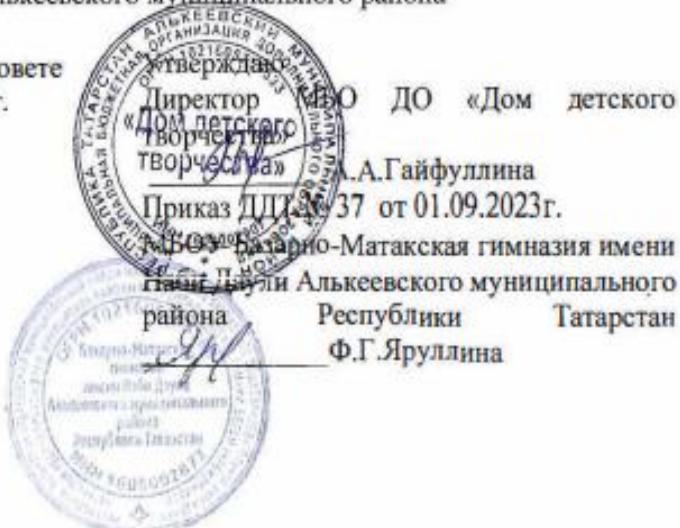


МКУ «Управление Алькеевского МР РТ  
Муниципальная бюджетная организация дополнительного образования «Дом детского творчества» Алькеевского муниципального района

Рассмотрено на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 29 августа 2023г.



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Баскетбол Лидер»**

Возраст обучающихся 10-15 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Астафьев О.С.  
Педагог дополнительного образования

## Информационная карта образовательной программы

<b>1.</b>	Образовательная организация	"Дом детского творчества" Алькеевского муниципального района РТ
<b>2.</b>	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Баскетбол Лидер"
<b>3.</b>	Направленность программы	социально-педагогическая
<b>4.</b>	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Астафьев О.С., педагоги дополнительного образования
<b>5.</b>	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	3 года обучения
5.2.	Возраст обучающихся	9-15 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая модифицированная -
5.4.	Цель программы	Создание условий для обеспечения учащимся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов, содействие укреплению здоровья, моральных и волевых качеств занимающихся.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	-
<b>6.</b>	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: учебное, практическое занятие, занятие презентаций, самостоятельная работа, творческая работа, выставка, открытое занятие. Методы: словесные, практические, наглядные, контроль и самоконтроль, стимулирования и мотивации, инструктивно-репродуктивный, наблюдения
<b>7.</b>	Формы мониторинга результативности	Тестирование, самостоятельная работа, контрольная работа, устный опрос, устный зачет, защита проекта, фронтальный опрос, защита проекта
<b>8.</b>	Результативность реализации программы	По окончании курса обучения, программа должна быть усвоена: -эффективный уровень- - оптимальный уровень- Сохранность контингента-100% Участие в конкурсах, фестивалях- Наличие призеров и победителей в конкурсах: - республиканский уровень- - муниципальный уровень- - учрежденческий уровень-
<b>9.</b>	Дата утверждения и последней корректировки программы	<b>1.09.2019</b>
<b>10.</b>	Рецензенты	

## **Пояснительная записка.**

Физическое воспитание в учреждениях общего образования (школа, гимназия, лицей) является неотъемлемой частью учебно-педагогического процесса, рационально содействуя воспитанию здоровых, физически развитых, социально активных личностей.

**Актуальность** Баскетбол – игра коллективная, успех которой зависит от слаженности действий и взаимопонимания игроков, что достигается за счет подчинения собственных интересов интересам команды. Таким образом, детско-юношеский баскетбол формирует у обучающегося умения и навыки оптимального участия в коллективной работе.

Регулярные занятия детей и подростков баскетболом – активная форма подготовки к требованиям социально-трудовой жизни современного общества.

### **Педагогическая целесообразность**

Программа по баскетболу для учащихся способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности

**Направленность программы:** Физкультурно-спортивная - по основному содержанию и направлению деятельности

**Тип программы** – модифицированная, комбинированная составлена с учетом современных требований и с опорой на нормативные источники:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. №996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025года».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 196 от 9.11..2018 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ МОиН РТ №1465/14 от 25 марта 2014г. «Об утверждении Модельного стандарта качества муниципальной услуг по организации предоставления дополнительного образования детей в многопрофильных организациях дополнительного образования в новой редакции.;
6. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПин 2.4.4.3172-14, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г.;
7. Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ- МОиН РТ РЦВР РТ - Казань-2017г Устав, учебный план МБО ДО ДДТ.

### **Новизна программы:**

- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;
- привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

### **Отличительная особенность программы**

В основу методики физической подготовки по программе «Баскетбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней

**Цель:** Создание условий для обеспечения учащимся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов, содействие укреплению здоровья, моральных и волевых качеств занимающихся.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие**

- Содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детского организма;
- Приобретение учащимися необходимых теоретических знаний;
- Овладение юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры

#### **Развивающие:**

- Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию;
- Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- Укрепление опорно – двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- Привитие учащимся организаторских навыков

#### **Воспитывающие:**

- Воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, ответственности, навыков культурного поведения, чувства дружбы;
- Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом

#### **Возраст детей, участвующих в реализации программы.**

Программа рассчитана на учащихся 5-8 классов, с учетом возрастных и психологических особенностей этого возраста, который принято считать подростковым. В этом возрасте дети очень активны и стремятся узнавать что-то новое. Наполняемость в группах составляет в 1-й -15 человек, 2-й год обучения - 12 человек, 3-й год обучения – 10 человек. Принимаются все желающие без какой-либо подготовки. Желающие записаться в группу должны получить разрешение врача.

**Сроки и этапы реализации программы:** программа рассчитана на 3 года:

- 1-й год обучения – 144 часа;
- 2-й год обучения – 216 часов;
- 3-й год обучения – 216 часов.

**Формы занятий:** Словесные: беседа, объяснение;

В работе с группами обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки).

На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

**Режим занятий:** 1-й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа,

3-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа.

**Ожидаемые результаты реализации программы и способы их проверки.**

В результате освоения содержания программного материала «Баскетбол » обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития спортивно-оздоровительной деятельности.

Учащиеся могут знать:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся могут уметь

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;

- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

**Формы подведения итогов реализации программы** - участие в районных, республиканских соревнованиях по баскетболу, выполнение нормативов.

Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. бег на длинные дистанции (800- 1000м.);
3. сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
4. подтягивание на высокой перекладине;
5. поднимание туловища за 1 мин.

**Результативность освоения детьми данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:**

Нормативные требования по ОФП и СФП

#### Контрольные упражнения

Возраст/пол	Виды упр.	Оценка 5-4-3		
12 лет(м)	Бег 60 м (с)	8,6	9,3	10.0
12 лет(ж)	Бег 60 м (с)	9.7	10.1	10.5
(м)	Челночный бег 6x10 м (с)	16.2	17.2	18.2
(ж)		17.7	18.9	20.1
(м)	Прыжок в длину с места (см)	205	190	175
(ж)		175	165	155
(м)	прыжок вверх с места (см)	34-38	36и выше	39и выше
(ж)		25-30	28-33	34-38

#### Учебно-тематический план 1 год обучения

№ п/п	Содержание занятий	Количество			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Развитие баскетбола в России	2	2	0	Устный опрос
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	2	2	0	Зачет
3.	Общая и специальная физическая подготовка	60	1	59	Зачет
4.	Основы техники и тактики игры	60	1	59	Тест
5.	Контрольные игры и соревнования	10	1	9	соревнования
6.	Тестирование	10	0	10	тест
Итого:		144	6	138	

#### Учебно-тематический план 2 год обучения

№ п/п	Содержание занятий	Количество			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теоретич. сведен.	Практические занят.	
1.	Развитие баскетбола в России	2	2	0	Устный опрос
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	2	2	0	Зачет
3.	Общая и специальная физическая подготовка	98	3	95	Зачет
4.	Основы техники и тактики игры	90	3	87	Тест
5.	Контрольные игры и соревнования	12	1	11	соревнования
6.	Тестирование	12	0	10	тест
Итого:		216	11	205	

### Учебно-тематический план 3 год обучения

№ п/п	Содержание занятий	Количество			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теоретич. сведен.	Практические занят.	
1.	Развитие баскетбола в России	1	1	0	Устный опрос
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	0	зачет
3.	Организация и проведение соревнований	2	2	0	соревнования
4.	Общая и специальная физическая подготовка	98	0	98	зачет
5.	Техника и тактика игры	90	0	90	зачет
6.	Контрольные игры и соревнования	12	0	12	зачет
7.	Тестирование	12	0	12	тест
Итого:		216	4	212	

### Содержание программы 1 год обучения

Развитие баскетбола в России:

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические сведения.

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

Гигиена места занятий.

**Значение разминки.** Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

**Общая и специальная физическая подготовка.**

**Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов.** Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

**Парные и групповые упражнения:** сопротивление, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

**Акробатические упражнения.** Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках. Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м.

**Ускорение из различных исходных положений.** Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

**Прыжки.** Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

**Подвижные игры.** “Салки спиной к щиту”, “Вызов номеров”, “Слушай сигнал”, “круговая охота”, “бегуны”, “переправа”, “кто сильнее”, “бейсбол”.

**Техника и тактика игры.**

**Характеристика основных приемов техники:** перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

**Техника нападения.** Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.

Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой. Техника защиты. Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места. Тактика защиты. Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

**Контрольные игры и соревнования.** Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

**Практические занятия.** Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

## **Содержание программы 2 года обучения**

### **Развитие баскетбола в России:**

Описание игры её возникновение и развитие.

### **Гигиенические сведения.**

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

### **Гигиена места занятий.**

**Значение разминки.** Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

### **Общая и специальная физическая подготовка.**

**Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов.** Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

**Парные и групповые упражнения:** сопротивление, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

**Акробатические упражнения.** Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках.

**Бег.** Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м.

**Ускорение из различных исходных положений.** Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

**Прыжки.** Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

**Подвижные игры.** “Салки спиной к щиту”, “Вызов номеров”, “Слушай сигнал”, “круговая охота”, “бегуны”, “переправа”, “кто сильнее”, “бейсбол”.

### **Техника и тактика игры.**

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

**Техника нападения.** Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

**Техника защиты.** Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

**Тактика защиты.** Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

**Контрольные игры и соревнования.** Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

**Практические занятия.** Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

### **Содержание программы 3 года обучения**

#### **Развитие баскетбола в России.**

Описание игры её возникновение и развитие.

#### **Гигиенические знания и меры безопасности на занятиях.**

Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

#### **Организация и проведение соревнований.**

Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Составление таблиц. Подготовка мест соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата.

#### **Общая и специальная физическая подготовка.**

**Акробатические упражнения.** Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на голове.

**Бег.** Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости.

**Спортивные игры.** Волейбол, футбол, бадминтон, хоккей, бейсбол.

**Прыжки:** в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног. Имитационные движения кистью и руками на передачу, бросок. Ловля и передача малых набивных, теннисных мячей.

#### **Техника и тактика игры.**

Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Характеристика стремительного и позиционного нападения в зоне защиты.

**Техника нападения.** Сочетания изученных приемов перемещения. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие и средние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Броски изученными ранее способами со средних дистанций. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски.

**Техника защиты.** Накрывание мяча при броске с места. Овладение мячом, отскочившим от кольца.

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник), взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников.

Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче.

**Тактика защиты.** Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Командные действия: прессинг.

**Контрольные игры и соревнования.** Соревнования по баскетболу. Сдача тестов.

**Методическое, дидактическое и материально – техническое обеспечение реализации программы:** Основная форма организации учебного процесса – внеклассное занятие или соревнования

**Дидактические материалы:** Наглядные пособия, раздаточный материал;

**Материально техническое обеспечение.**

Помещение – спортзал, спортивный инвентарь

- 1.Щиты с кольцами -1 комплект.
- 2.стойки для обводки – 4шт.
- 3.Гимнастические скамейки – 2 шт.
- 4.Гимнастическая стенка -3 пролета.
- 5.Гимнастические маты – 3 шт.
- 6.Скакалки – 10 шт.
7. мячи набивные – 2 шт.
- 8.Гантели – 4 шт.
- 9.мячи баскетбольные – 12 шт

**Кадровое обеспечение:** занятия по дополнительной общеобразовательной программе: «Баскетбол «Лидер» ведет специалист с высшим образованием Астафьев О.С., стаж пед.работы 24 года. По образованию – учитель физической культуры, БЖ. ТГГПУ, 2007г.

**Формы аттестации/контроля**

Контроль знаний проводится в виде зачета, который может включать в себя : тестирования, практические задания, защиты творческих работ.

Виды аттестации	Формы оценки результативности	Срок проведения
<b>Промежуточная аттестация</b>	Диагностика уровня ключевых, мета предметных и предметных компетенций учащихся. Формы- зачет ( тестирование, практическая работа)	Декабрь, май (кроме последнего года освоения программы)
<b>Аттестация обучающихся по завершению освоения программы</b>	Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе Формы – зачет (тестирование, практическая работа)	Май последнего учебного года освоения программы

Для отслеживания результатов реализации программы применяются различные методы: анкеты, тесты, выставки, защиты творческих работ и т.д.

Так же проводится педагогическое наблюдение. Каждый ребенок в течение календарного года принимает участие в конкурсах, выставках различного уровня, начиная от участия в выставках объединения и заканчивая районными, региональными и всероссийскими конкурсами.

**Педагогический контроль:**

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования (сентябрь-октябрь)
- промежуточный контроль (за уровнем освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования (декабрь)
- итоговый контроль, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний (апрель-май).

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года.

**Принципы обучения:** Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера

#### Методы обучения

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный

**Формы обучения:** Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

**Кадровое обеспечение:** Педагоги, организующие образовательный процесс по данной программе должны иметь высшее или среднее профессиональное образование.

## 7. Используемая литература

### Для педагога:

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, N3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.

**Интернет ресурсы;** Все о спорте и спортсменах / blog.sportmaster.ru

### Для родителей и детей:

1. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
2. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.
3. Секреты баскетбола С.А.Белов «Физкультура и спорт» 1982г.
4. Мяч летит в кольцо Е.Р.Яхонтов Лениздат 1984 г.

**Интернет ресурсы Спорт для здоровья / blog.sportmaster.ru**

## 8. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

### Календарный учебный график первого года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол. часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1-2				теория	2	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Спортзал	
3 -4				практика	2	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	Спортзал	
5 -6				Ком	2	Техника передвижения	Спорт	

				бин.		приставными шагами.	зал	
7 -8				практика	2	Передача мяча двумя руками от груди.	Спорт зал	
9 -10				Комбин.	2	Техника передвижения при нападении	Спорт зал	
11-12				практика	2	Способы ловли мяча.	Спорт зал	
13-14				практика	2	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спорт зал	
15-16				практика	2	Бросок мяча двумя руками от груди.	Спорт зал	
17-18				практика	2	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Спорт зал	
19-20				практика	2	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Спорт зал	
21-22				практика	2	Техника ведения мяча.	Спорт зал	
23-24				Комбин.	2	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спорт зал	
25-26				Комбин.	2	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Спорт зал	
27-28				практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
29-30				Комбин.	2	Ловля двумя руками «низкого мяча».	Спорт зал	
31-32				практика	2	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Спорт зал	
33-34				Комбин.	2	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Спорт зал	
35-36				практика	2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
37-38				практика	2	Командные действия в нападении.	Спорт зал	
39-40				теория	2	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Спорт зал	
41-42				Комбин.	2	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Спорт зал	
43-44				практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
45-46				практика	2	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП	Спорт зал	
47-48				Комбин.	2	Систематический врачебный контроль за юными	Спорт зал	

						спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП		
49-50				практика	2	Командные действия в нападении.	Спорт зал	
51-52				Комбин.	2	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спорт зал	
53-54				теория	2	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Спорт зал	
55-56				практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
57-58				теория	2	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	Спорт зал	
59-60				практика	2	Индивидуальные действия при нападении.	Спорт зал	
61-62				Комбин.	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	Спорт зал	
63-64				практика	2	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
65-66				практика	2	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Спорт зал	
67-68				практика .	2	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	Спорт зал	
69-70				практика	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спорт зал	
71-72				практика	2	Методы спортивной тренировки. ОФП.	Спорт зал	
73-74				теория	2	Совершенствование техники передачи мяча.	Спорт зал	
75-76				теория	2	Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
77-78				теория	2	Совершенствование техники передачи мяча.	Спорт зал	
79-80				практика	2	Техническая подготовка юного спортсмена.	Спорт зал	
81-82				теория	2	Тактика защиты.	Спорт зал	
83-84				практика	2	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	Спорт зал	
85-86				практика	2	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Спорт зал	
87-88				практика	2	Действия одного защитника против двух нападающих.	Спорт зал	
89-90				теор	2	Многократное выполнение	Спорт	

				ия		технических приемов и тактических действий.	зал	
91-92				практика	2	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	Спорт зал	
93-94				практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
95-96				практика	2	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Спорт зал	
97-98				практика	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спорт зал	
99-100				практика	2	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спорт зал	
101-102				практика	2	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	Спорт зал	
103-104				практика	2	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	Спорт зал	
105-106				теория	2	Защитные стойки.	Спорт зал	
107-108				практика	2	Защитные передвижения.	Спорт зал	
109-110				теория	2	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спорт зал	
111-112				теория	2	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	Спорт зал	
113-114				практика	2	Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	Спорт зал	
115-116				теория	2	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Спорт зал	
117-118				практика	2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спорт зал	
119-120				теория	2	Организация командных действий.	Спорт зал	
121-122				теория	2	Бросок мяча одной рукой сверху.	Спорт зал	
123-124				практика	2	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Спорт зал	
125-126				теория	2	Техника овладения мячом.	Спорт зал	
127-128				теория	2	Техника броска мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	

129-130				практика	2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
131-132				практика	2	Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
133-134				теория	2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спорт зал	
135-136				практика	2	Учебная игра.	Спорт зал	
137-138				практика	2	Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
139-140				теория	2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
141-142				практика	2	Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
143-144				практика	2	Итоги года. Контрольные испытания.	Спорт зал	
					144	итого		

## 8. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

### Календарный учебный график второго года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол. часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1-2			14.30 -16.00		2	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Спорт зал	
3 -4			14.30 -16.00		2	Техника передвижения при нападении.	Спорт зал	
5 -6			14.30 -16.00		2	Тактика нападения.	Спорт зал	
7 -8			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия без мяча.	Спорт зал	
9 -10			14.30 -16.00		2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
11-12			14.30 -16.00		2	Учебная игра. ОФП	Спорт зал	
13-14			14.30 -16.00		2	Техника передвижения приставными шагами.	Спорт зал	
15-16			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Спорт зал	
17-18			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении.	Спорт зал	
19-20			14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
21-22			14.30 -16.00		2	Единая спортивная классификация. ОФП	Спорт зал	
23-24			14.30 -16.00		2	Прыжки толчком с двух ног.	Спорт зал	
25-26			14.30		2	Специальная физическая	Спорт	

		-16.00			подготовка.	зал	
27-28		14.30 -16.00		2	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спорт зал	
29-30		14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Спорт зал	
31-32		14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
33-34		14.30 -16.00		2	Личная и общественная гигиена. ОФП	Спорт зал	
35-36		14.30 -16.00		2	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	Спорт зал	
37-38		14.30 -16.00		2	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Спорт зал	
39-40		14.30 -16.00		2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Спорт зал	
41-42		14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
43-44		14.30 -16.00		2	Закаливание организма спортсмена. ОФП	Спорт зал	
45-46		14.30 -16.00		2	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	Спорт зал	
47-48		14.30 -16.00		2	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Спорт зал	
49-50		14.30 -16.00		2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
51-52		14.30 -16.00		2	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	Спорт зал	
53-54		14.30 -16.00		2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
55-56		14.30 -16.00		2	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	Спорт зал	
57-58		14.30 -16.00		2	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	Спорт зал	
59-60		14.30 -16.00		2	Командные действия в нападении.	Спорт зал	
61-62		14.30 -16.00		2	Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
63-64		14.30 -16.00		2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Спорт зал	
65-66		14.30		2	Ведение мяча с изменением	Спорт	

		-16.00			скорости передвижения.	зал	
67-68		14.30 -16.00		2	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спорт зал	
69-70		14.30 -16.00		2	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Спорт зал	
71-72		14.30 -16.00		2	СФП	Спорт зал	
73-74		14.30 -16.00		2	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	Спорт зал	
75-76		14.30 -16.00		2	ОФП	Спорт зал	
77-78		14.30 -16.00		2	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
79-80		14.30 -16.00		2	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Спорт зал	
81-82		14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
83-84		14.30 -16.00		2	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	Спорт зал	
85-86		14.30 -16.00		2	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	Спорт зал	
87-88		14.30 -16.00		2	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Спорт зал	
89-90		14.30 -16.00		2	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия.	Спорт зал	
91-92		14.30 -16.00		2	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спорт зал	
93-94		14.30 -16.00		2	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	Спорт зал	
95-96		14.30 -16.00		2	Методы спортивной тренировки. ОФП	Спорт зал	
97-98		14.30 -16.00		2	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	Спорт зал	
99-100		14.30 -16.00		2	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спорт зал	
101-102		14.30 -16.00		2	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	Спорт зал	
103-		14.30		2	Чередование упражнений на	Спорт	

104			-16.00			развитие качеств применительно к изучению технических приемов.	зал	
105-106			14.30 -16.00		2	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Спорт зал	
107-108			14.30 -16.00		2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Спорт зал	
109-110			14.30 -16.00		2	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра.	Спорт зал	
111-112			14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спорт зал	
113-114			14.30 -16.00		2	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	Спорт зал	
115-116			14.30 -16.00		2	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	Спорт зал	
117-118			14.30 -16.00		2	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спорт зал	
119-120			14.30 -16.00		2	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	Спорт зал	
121-122			14.30 -16.00		2	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Спорт зал	
123-124			14.30 -16.00		2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спорт зал	
125-126			14.30 -16.00		2	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Спорт зал	
127-128			14.30 -16.00		2	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Спорт зал	
129-130			14.30 -16.00		2	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спорт зал	
131-132			14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
133-134			14.30 -16.00		2	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Спорт зал	
135-136			14.30 -16.00		2	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Спорт зал	
137-138			14.30 -16.00		2	Учебная игра. ОФП	Спорт зал	
139-140			14.30 -16.00		2	Техника передвижения приставными шагами.	Спорт зал	
141-142			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Спорт зал	
143-144			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении.	Спорт зал	
145-			14.30		2	Учебная игра.	Спорт	

146			-16.00				зал	
147-148			14.30 -16.00		2	Единая спортивная классификация. ОФП	Спорт зал	
149-150			14.30 -16.00		2	Прыжки толчком с двух ног.	Спорт зал	
151-152			14.30 -16.00		2	Специальная физическая подготовка.	Спорт зал	
153-154			14.30 -16.00		2	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спорт зал	
155-156			14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Спорт зал	
157-158			14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
159-160			14.30 -16.00		2	Личная и общественная гигиена. ОФП	Спорт зал	
161-162			14.30 -16.00		2	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	Спорт зал	
163-164			14.30 -16.00		2	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Спорт зал	
165-166			14.30 -16.00		2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Спорт зал	
167-168			14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
169-170			14.30 -16.00		2	Закаливание организма спортсмена. ОФП	Спорт зал	
171-172			14.30 -16.00		2	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	Спорт зал	
173-174			14.30 -16.00		2	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Спорт зал	
175-176			14.30 -16.00		2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
177-178			14.30 -16.00		2	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	Спорт зал	
179-180			14.30 -16.00		2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
181-182			14.30 -16.00		2	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	Спорт зал	
183-184			14.30 -16.00		2	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	Спорт зал	
185-186			14.30 -16.00		2	Командные действия в нападении.	Спорт зал	

187-188			14.30 -16.00	2	Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
189-190			14.30 -16.00	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Спорт зал	
191-192			14.30 -16.00	2	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Спорт зал	
193-194			14.30 -16.00	2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спорт зал	
195-196			14.30 -16.00	2	Организация командных действий.	Спорт зал	
197-198			14.30 -16.00	2	Бросок мяча одной рукой сверху.	Спорт зал	
199-200			14.30 -16.00	2	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Спорт зал	
201-202			14.30 -16.00	2	Техника овладения мячом.	Спорт зал	
203-204			14.30 -16.00	2	Техника броска мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
205-206			14.30 -16.00	2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
207-208			14.30 -16.00	2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
209-210			14.30 -16.00	2	Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
211-212			14.30 -16.00	2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
213-214			14.30 -16.00	2	Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
215-216			14.30 -16.00	2	Итоги года. Контрольные испытания.	Спорт зал	
				216			

## 8. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

### Календарный учебный график третьего года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время прове- дения занят- ий	Фор- ма заня- тия	Кол. часо- в	Тема	Место provе- dения	Форма контроля
1-2			14.30 -16.00		2	Единая спортивная классификация. ОФП	Спорт зал	
3 -4			14.30 -16.00		2	Совершенствование техники передвижения при нападении.	Спорт зал	
5 -6			14.30 -16.00		2	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Спорт зал	
7 -8			14.30 -16.00		2	Контрольные испытания. Учебная игра.	Спорт зал	

9 -10			14.30 -16.00		2	Костно- мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.	Спорт зал	
11-12			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	Спорт зал	
13-14			14.30 -16.00		2	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	Спорт зал	
15-16			14.30 -16.00		2	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП	Спорт зал	
17-18			14.30 -16.00		2	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	Спорт зал	
19-20			14.30 -16.00		2	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спорт зал	
21-22			14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	Спорт зал	
23-24			14.30 -16.00		2	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	Спорт зал	
25-26			14.30 -16.00		2	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	Спорт зал	
27-28			14.30 -16.00		2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	Спорт зал	
29-30			14.30 -16.00		2	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Спорт зал	
31-32			14.30 -16.00		2	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	Спорт зал	
33-34			14.30 -16.00		2	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Спорт зал	
35-36			14.30 -16.00		2	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Спорт зал	
37-38			14.30 -16.00		2	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	Спорт зал	
39-40			14.30 -16.00		2	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	Спорт зал	
41-42			14.30 -16.00		2	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	Спорт зал	
43-44			14.30 -16.00		2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в	Спорт зал	

					зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.		
45-46			14.30 -16.00	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	Спорт зал	
47-48			14.30 -16.00	2	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Спорт зал	
49-50			14.30 -16.00	2	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	Спорт зал	
51-52			14.30 -16.00	2	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	Спорт зал	
53-54			14.30 -16.00	2	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	Спорт зал	
55-56			14.30 -16.00	2	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Спорт зал	
57-58			14.30 -16.00	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
59-60			14.30 -16.00	2	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.	Спорт зал	
61-62			14.30 -16.00	2	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	Спорт зал	
63-64			14.30 -16.00	2	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Спорт зал	
65-66			14.30 -16.00	2	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	Спорт зал	
67-68			14.30 -16.00	2	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спорт зал	
69-70			14.30 -16.00	2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спорт зал	
71-72			14.30 -16.00	2	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	Спорт зал	
73-74			14.30	2	Формы организации занятий в	Спорт	

			-16.00			спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	зал	
75-76			14.30 -16.00		2	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Спорт зал	
77-78			14.30 -16.00		2	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	Спорт зал	
79-80			14.30 -16.00		2	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спорт зал	
81-82			14.30 -16.00		2	Контрольные испытания. Учебная игра.	Спорт зал	
83-84			14.30 -16.00		2	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	Спорт зал	
85-86			14.30 -16.00		2	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	Спорт зал	
87-88			14.30 -16.00		2	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП	Спорт зал	
89-90			14.30 -16.00		2	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Спорт зал	
91-92			14.30 -16.00		2	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Спорт зал	
93-94			14.30 -16.00		2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Спорт зал	
95-96			14.30 -16.00		2	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	Спорт зал	
97-98			14.30 -16.00		2	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	Спорт зал	
99-100			14.30 -16.00		2	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спорт зал	
101-102			14.30 -16.00		2	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	Спорт зал	
103-104			14.30 -16.00		2	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному	Спорт зал	

					заслону». СФП		
105-106		14.30 -16.00		2	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спорт зал	
107-108		14.30 -16.00		2	Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.	Спорт зал	
109-110		14.30 -16.00		2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Спорт зал	
111-112		14.30 -16.00		2	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	Спорт зал	
113-114		14.30 -16.00		2	Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
115-116		14.30 -16.00		2	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Спорт зал	
117-118		14.30 -16.00		2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спорт зал	
119-120		14.30 -16.00		2	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Спорт зал	
121-122		14.30 -16.00		2	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Спорт зал	
123-124		14.30 -16.00		2	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Спорт зал	
125-126		14.30 -16.00		2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спорт зал	
127-128		14.30 -16.00		2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спорт зал	
129-130		14.30 -16.00		2	Совершенствование техники бросков мяча.	Спорт зал	
131-132		14.30 -16.00		2	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	Спорт зал	
133-134		14.30 -16.00		2	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Спорт зал	
135-136		14.30 -16.00		2	Учебная игра.	Спорт зал	
137-138		14.30 -16.00		2	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	Спорт зал	
139-140		14.30 -16.00		2	Переключения от действий в нападении к действиям в защите	Спорт зал	
141-142		14.30 -16.00		2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
143-144		14.30 -16.00		2	Итоги прошедшего спортивного года.	Спорт зал	

					Учебная игра.		
145-146		14.30 -16.00		2	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	Спорт зал	
147-148		14.30 -16.00		2	Контрольные испытания.	Спорт зал	
149-150		14.30 -16.00		2	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	Спорт зал	
151-152		14.30 -16.00		2	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	Спорт зал	
153-154		14.30 -16.00		2	Командные действия в нападении.	Спорт зал	
155-156		14.30 -16.00		2	Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
157-158		14.30 -16.00		2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Спорт зал	
159-160		14.30 -16.00		2	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Спорт зал	
161-162		14.30 -16.00		2	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спорт зал	
163-164		14.30 -16.00		2	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Спорт зал	
165-166		14.30 -16.00		2	СФП	Спорт зал	
167-168		14.30 -16.00		2	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	Спорт зал	
169-170		14.30 -16.00		2	ОФП	Спорт зал	
171-172		14.30 -16.00		2	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
173-174		14.30 -16.00		2	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Спорт зал	
175-176		14.30 -16.00		2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Спорт зал	
177-178		14.30 -16.00		2	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	Спорт зал	
179-180		14.30 -16.00		2	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	Спорт зал	
181-182		14.30 -16.00		2	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Спорт зал	
183-184		14.30 -16.00		2	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия.	Спорт зал	
185-		14.30		2	Применение изученных защитных	Спорт	

186			-16.00			стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	зал	
187-188			14.30 -16.00	2		Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	Спорт зал	
189-190			14.30 -16.00	2		Методы спортивной тренировки. ОФП	Спорт зал	
191-192			14.30 -16.00	2		Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	Спорт зал	
193-194			14.30 -16.00	2		Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спорт зал	
195-196			14.30 -16.00	2		Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	Спорт зал	
197-198			14.30 -16.00	2		Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов.	Спорт зал	
199-200			14.30 -16.00	2		Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Спорт зал	
201-202			14.30 -16.00	2		Техника овладения мячом.	Спорт зал	
203-204			14.30 -16.00	2		Техника броска мяча одной рукой от плеча.	Спорт зал	
205-206			14.30 -16.00	2		Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
207-208			14.30 -16.00	2		Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
209-210			14.30 -16.00	2		Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
211-212			14.30 -16.00	2		Совершенствование техники ведения мяча.	Спорт зал	
213-214			14.30 -16.00	2		Контрольные испытания. СФП	Спорт зал	
215-216			14.30 -16.00	2		Итоги года. Контрольные испытания.	Спорт зал	
				216				