

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с.Девица
Усманского муниципального района Липецкой области

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
МБОУ СОШ с.Девица
Протокол №1
от «31» 08. 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:
Приказ № 148 от 08.2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«Баскетбол»

возрастная категория детей: 11-17 лет

срок реализации: 1 год

АВТОР ПРОГРАММЫ:

Черников Алексей Петрович,
учитель физической культуры

2023

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год
4. Содержание программы
5. Планируемые результаты
6. Оценочные и методические материалы
7. Организационно-педагогические условия
8. Список литературы
9. Рабочие программы:
 - Рабочая программа учебного курса «Азбука баскетбола»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Главная задача занятий по баскетболу заключается в подготовке физически крепких, гармонически развитых физически и духовно занимающихся ребят. Основным условием выполнения этой задачи является целенаправленная подготовка юных баскетболистов. В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2011 года № 329 – ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ. Данная программа создавалась с учетом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. Основными показателями работы спортивных групп по баскетболу являются – выполнение программы требований по уровню подготовленности физической, технической, тактической и теоретической подготовки, результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований – основное условие пребывания занимающихся в спортивных группах, эти требования должны приниматься при приеме в учебные группы, и при выпуске из них по окончании каждого года занятий. Основными формами занятий по баскетболу являются учебно-тренировочные занятия, теоретически и практические занятия, соревнования.

Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»:

- федеральный закон от 29.декабря 2012 г. 27-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации №196 от 9 ноября 2018 года «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года №1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41 от г. Москва «Об утверждении СанПин 2.4.4.3.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Устав МБОУ СОШ с.Девица;
- Локальные акты, регламентирующие образовательную деятельность МБОУ СОШ с.Девица.

Дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться воспитанием здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Баскетбол – командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию. И нельзя требовать от детей больше, чем они могут выполнить на данном возрастном этапе.

Этап начальной подготовки – это «фундамент» физкультурно - спортивной деятельности юного баскетболиста. Работа направлена на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Баскетбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Цель:

- создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом.
- сформировать и систематизировать профессиональные теоретические знания и практические умения и навыки.

Задачи:

1. Образовательные:

- обучить учащихся техническим приемам баскетбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам баскетбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

2. Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества.
- способствовать повышению работоспособности учащихся,
- развивать двигательные способности,
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
 - воспитывать дисциплинированность;
 - способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- Способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

На этап начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача.

Отличительные особенности программы:

Особенностью данной программы является повышение количества двигательных единиц (ДЕ) у детей через организацию в режиме дня качественного учебно-тренировочного процесса, за определенное количество учебных недель в году.

Адресат программы:

Данная программа предназначена для воспитанников 11-17 лет и направлена на формирование у детей ЗОЖ, пластики, развитие образного мышления

Объем программы: 68 часов

Формы обучения и виды занятий:

Учебная работа	Воспитательная работа
<p><u>Форма организации детей на занятии:</u> групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая</p> <p><u>Форма проведения занятий:</u> практическое, комбинированное, соревновательное.</p>	<p>Основы игры в баскетбол. Общекультурный кругозор обучающихся. Интерес к ЗОЖ. Коммуникабельность, умение контролировать себя. Основы коллективной деятельности. Основы здорового образа жизни. Взаимовыручка, культура общения с партнёром.</p>

Срок освоения программы: 1 год

Режим занятий:

Занятие проводится 2 раза в неделю по 45 минут.

Педагогическая нагрузка: 2 часа

Педагог имеет право с учетом различных условий и по необходимости самостоятельно изменять очередность изучения тем программы.

2.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» рассчитана на 74 часа в год и включает в себя 1 курс.

В основе принципов создания программы лежит концепция личностного и деятельностного подхода, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

№	Наименование курса	Количество часов	Форма промежуточной аттестации
1	Азбука баскетбола	74	Участие в общешкольных соревнованиях по баскетболу
Количество занятий в год		74	

Формой промежуточной аттестации по итогам освоения учебного курса «Баскетбол» является участие каждого воспитанника в общешкольных соревнованиях по баскетболу

3.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Количество возрастных групп	2
Возрастной состав групп	5-10 классы (11-17 лет)
Продолжительность учебного года	34 недели
Начало учебного года	01.09.2023
Окончание учебного года	24.05.2024
Количество часов в неделю	2 часа
Количество часов в год	74 часов
Организация занятий	Среда, пятница 17.00-17.45
Продолжительность занятий	45 минут
Сроки промежуточной аттестации	С 20.05.2024 по 23.05.2024

РАСПИСАНИЕ РАБОТЫ ДЕТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «БАСКЕТБОЛ» в 2023-2024 учебном году

Наименование объединения	Ф.И.О. руководителя	Дни недели	Время проведения	Место проведения	Количество часов ДО	Класс
направление						
физкультурно-спортивное						
Баскетбол	Черников Алексей Петрович	Среда Пятница	17.00-17.45 17.00-17.45	Спортивный зал	2ч.	5-10

4.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «БАСКЕТБОЛ»

Техническая подготовка (20 часов)

Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу.

Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте

Закрепление техники передачи одной рукой от плеча

Закрепление передач двумя руками над головой

Закрепление техники передач двумя руками в движении

Закрепление техники броска после ведения мяча

Закрепление техники поворотам в движении

Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита

Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча

Закрепление техники броскам в прыжке с места

Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке

Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча

Учет по технической подготовке

Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча

Закрепление техники ведения и передач в движении

Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу

Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом

Закрепление техники отвлекающих действий на бросок

Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание

Закрепление техники выбивания мяча после ведения

Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника

Тактика игры (5 часов)

Закрепление выбивания мяча при ведении

Закрепление передач одной рукой с поворотом

Прием нормативов по технической подготовке

Закрепление передач в движении в парах

Закрепление передач в тройках в движении

Закрепление передач в тройках в движении

Тактика защиты (43 часа)

Закрепление передач в движении

Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита

Закрепление техники передач мяча

Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска

Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока

Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки

Закрепление через центрального, заслоны.

Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»

Прием нормативов по технической подготовке

Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника

Закрепление техники и тактики в игре, бросков

Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры

Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника

Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока

Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока

Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита

Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие

Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами

Закрепление пройденного материала

Закрепление техники ведения на максимальной скорости

Прием нормативов по технической и специальной подготовки

Закрепление техники добивания мяча в корзину

Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном

Закрепление техники бросков и передач в движении

Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков

Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита

Закрепление бросков в движении

Прием нормативов по технической и специальной подготовке

Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки

Совершенствование в технических приемах.

Общешкольные соревнования по баскетболу-бч

5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Выполнение технических действий из баскетбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательными действиями разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- В результате освоения программы, обучающиеся будут знать:
 - об истории развития баскетбола и воздействия этого спорта на организм человека;
 - о значении здорового образа жизни для школьника;
 - о правилах техники безопасности;
 - о правилах игры в баскетбол;
 - о терминологии игры, жесты судьи;
 - техники изученных приемов и тактику, индивидуальных и коллективных действий.
 - о технически правильном осуществлении двигательных действиях в баскетболе, использовании их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
 - об изученных тактических действиях и приемах;
 - правилах игры;
 - об осуществлении соревновательной деятельности.

6.ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Опрос учащихся
2. Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований
3. Контроль соблюдения техники безопасности
4. Привлечение учащихся к судейству
5. Контрольные игры с заданиями
6. Выполнение отдельных упражнений
7. Контроль установок в игре
8. Контрольные испытания
9. Общешкольные соревнования по баскетболу

Формой промежуточной аттестации по итогам освоения учебного курса «Баскетбол» является турнир «Общешкольные соревнования по баскетболу».

Нормативные требования по физической подготовке

Группа	Прыжок в длину с места (см)		Челночный бег 4x9 м (сек)		Бег 20 м (сек)		Бег 40 сек (м)		Прыжки через скакалку за 1 минуту (кол-во раз)	
	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Мини-баскетбол	170	160	11,0	11,2	4,0	4,2	160	140	100	110

Таблица оценки уровня физической подготовленности обучающихся

Группа	Уровень подготовленности	Прыжок в длину с места (см)		Челночный бег 4x9 м (сек)		Бег 20 м (сек)		Бег 40 сек (м)		Прыжки через скакалку за минуту (кол-во раз)	
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Мини-баскетбол	выше среднего	170	165	11,0	11,0	4,0	4,2	160	140	100	110
	средний	160	160	11,1	11,3	4,4	4,6	150	130	70	80
	<i>ниже среднего</i>	<i>140</i>	<i>135</i>	<i>11,3</i>	<i>11,5</i>	<i>4,5</i>	<i>4,7</i>	<i>125</i>	<i>115</i>	<i>50</i>	<i>55</i>

- В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:
- Физические упражнения. Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы.
- Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
- Физкультурно-оздоровительная деятельность.
- Игровые формы работы.
- Самостоятельные занятия.
- Составление режима дня.
- Групповые и индивидуальные формы работы. Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).

- Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

7.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» в школе созданы все условия.

Дидактические материалы	Материально-техническое обеспечение
Учебные пособия	Спортивный зал
Презентации	Мячи баскетбольные
Печатные материалы	Баскетбольная площадка
	Сетка
	Скакалки

Кадровые условия

Педагогическая деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей программы осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

В его обязанности входит преподавание по дополнительным программам, методическое и педагогическое сопровождение их реализации.

8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный государственный образовательный стандарт.
2. Программа «Образовательная система «Школа 2100».
3. Журнал «Начальная школа плюс» № 3 2009.
4. Программа физического воспитания. Автор И.В. Лях.
5. Погадаев, Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе [Текст]: методическое пособие: 1-11 классы/Г.И.Погадаев, Б.И.Мишин.-М.:Дрофа, 2005.-110с.- (Библиотека учителя).
6. Пособие для учителей. Москва. «Просвещение» 2013 г. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. В.С. Кузнецов. Г. А. Колодницкий.
7. Рабочие программы. Москва. «Просвещение» 2013 г. Физическая культура. В. И. Лях.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с.Девица
Усманского муниципального района Липецкой области имени
(МБОУ СОШ с.Девица)

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
МБОУ СОШ с.Девица

Протокол № 1__
от « 31 __ » августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____ В.Н. Аринович

Приказ № __ от « 31 __ » августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса «Азбука баскетбола»
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол»
Физкультурно-спортивной направленности
(Возраст детей 11-17 лет)

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ- 1 год

АВТОР ПРОГРАММЫ:
Черников Алексей Петрович,
педагог ДО

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Техническая подготовка (20 часов)

Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу.

Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте

Закрепление техники передачи одной рукой от плеча

Закрепление передач двумя руками над головой

Закрепление техники передач двумя руками в движении

Закрепление техники броска после ведения мяча

Закрепление техники поворотам в движении

Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита

Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча

Закрепление техники броскам в прыжке с места

Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке

Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча

Учет по технической подготовке

Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча

Закрепление техники ведения и передач в движении

Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу

Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом

Закрепление техники отвлекающих действий на бросок

Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание

Закрепление техники выбивания мяча после ведения

Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника

Тактика игры (5 часов)

Закрепление выбивания мяча при ведении

Закрепление передач одной рукой с поворотом

Прием нормативов по технической подготовке

Закрепление передач в движении в парах

Закрепление передач в тройках в движении

Закрепление передач в тройках в движении

Тактика защиты (43 часа)

Закрепление передач в движении

Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита

Закрепление техники передач мяча

Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска

Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока

Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки

Закрепление через центрального, заслоны.

Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»

Прием нормативов по технической подготовке

Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника
Закрепление техники и тактики в игре, бросков
Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры
Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от
центрального, техника
Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим
проходом по щит, передачи через центрального игрока
Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального
игрока
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита
Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их
взаимодействие
Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами
Закрепление пройденного материала
Закрепление техники ведения на максимальной скорости
Прием нормативов по технической и специальной подготовки
Закрепление техники добивания мяча в корзину
Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном
Закрепление техники бросков и передач в движении
Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита
Закрепление бросков в движении
Прием нормативов по технической и специальной подготовке
Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки
Совершенствование в технических приемах.
Участие в общешкольных соревнованиях по баскетболу.(6 часов)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Выполнение технических действий из баскетбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательными действиями разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- В результате освоения программы, обучающие будут знать:
 - об истории развития баскетбола и воздействия этого спорта на организм человека;
 - о значении здорового образа жизни для школьника;
 - о правилах техники безопасности;
 - о правилах игры в баскетбол;
 - о терминологии игры, жесты судьи;
 - техники изученных приемов и тактику, индивидуальных и коллективных действий.
 - о технически правильном осуществлении двигательных действиях в баскетболе, использовании их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
 - об изученных тактических действиях и приемах;
 - правилах игры;
 - об осуществлении соревновательной деятельности.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА
«АЗБУКА БАСКЕТБОЛА»**

№ п.п.	Наименование раздела и тем	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
	Техническая подготовка	20	0,5	19,5
1	Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу. Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте		0,5	0,5
2	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча			1
3	Закрепление передач двумя руками над головой			1
4	Закрепление техники передач двумя руками в движении			1
5	Закрепление техники броска после ведения мяча			1
6	Закрепление техники поворотам в движении			1
7	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита			1
8	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча			1
9	Закрепление техники броскам в прыжке с места			1
10	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке			1
11	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча			1
12	Учет по технической подготовке			1
13	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча			1
14	Закрепление техники ведения и передач в движении			1
15	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу			1
16	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом			1
17	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок			1
18	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание			1
19	Закрепление техники выбивания мяча после ведения			1
20	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника			1

	Тактика игры	5	-	5
21	Закрепление выбивания мяча при ведении			1
22	Закрепление передач одной рукой с поворотом			1
23	Прием нормативов по технической подготовке			1
24	Закрепление передач в движении в парах			1
25	Закрепление передач в тройках в движении			1
	Тактика защиты	43	1,5	41,5
26	Закрепление передач в тройках в движении			1
27	Закрепление передач в движении			1
28	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита		0,5	0,5
29	Закрепление техники передач мяча			1
30	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска			1
31	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока			1
32	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки		0,5	0,5
33	Закрепление через центрального, заслоны.			1
34	Закрепление техники передач. Разучивание			2
35	нападения «тройкой»			
36	Прием нормативов по технической подготовке			1
37	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча		1	1
38	из-за боковой линии. Заслоны. Техника			
39	Закрепление техники и тактики в игре, бросков			2
40				
41	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым			2
42	игроком, техника игры			
43	Закрепление техники плотной защиты, заслона с			2
44	выходом на получение мяча от центрального, техника			
45	Закрепление техники отвлекающих действий на			2
46	получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока			
47	Закрепление техники накрывания мяча при броске,			2
48	наведение защитника на центрального игрока			
49	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего			2
50	от щита			
51	Закрепление техники высоко летящего мяча одной			2
52	рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие			
53	Закрепление передач на максимальной скорости,			2
54	нападение двумя центрами			

55 56	Закрепление пройденного материала			2
57 58	Закрепление техники ведения на максимальной скорости			2
59	Прием нормативов по технической и специальной подготовки			1
60	Закрепление техники добивания мяча в корзину			1
61	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном			1
62	Закрепление техники бросков и передач в движении			1
63	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков			1
64	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита			1
65	Закрепление бросков в движении			1
66	Прием нормативов по технической и специальной подготовке			1
67	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки			1
68	Совершенствование в технических приемах.			1
69- 74	Участие в общешкольных соревнованиях по баскетболу	6		6

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ Д/О «БАСКЕТБОЛ»

№	Мероприятие	Сроки
1	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	сентябрь
2	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	октябрь
3	Режим дня и питание обучающихся	ноябрь
4	Организация и проведение соревнований	декабрь
5	Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни	январь
6	Профилактика травматизма. Перетренированность/ нетренированность	февраль
7	Социальные функции спорта	март
8	Встреча с известными спортсменами района	апрель
9	Организация и проведение соревнований	май