



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Карагалинская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано» на заседании педагогического совета Зам. Директора по УВР  Мухтарова З.М.	Утверждаю Директор школы  Егоров В.И.
--	--



Рабочая программа по дополнительному образованию

«Баскетбол»

Рассчитано на 72 часа
Срок реализации 1 год.

Руководитель кружка Попова О.А.

2017-2018 год

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение
«Карагалинская средняя общеобразовательная школа»**

**ПРОГРАММА ПО БАСКЕТБОЛУ
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений. Рекомендуется применить в общеобразовательных учреждениях, где используется программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича, вариативная часть: баскетбол, а также самостоятельно.

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисципли-

нируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5–2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный,
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом,
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Материально-техническое обеспечение занятий

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты с кольцами – 2 комплекта.
2. Щиты тренировочные с кольцами – 4 шт.
3. Шахматные часы – 1 шт.

4. Стойки для обводки – 6 шт.
5. Гимнастическая стенка – 6 пролетов.
6. Гимнастические скамейки – 4 шт.
7. Гимнастический трамплин – 1 шт.
8. Гимнастические маты – 3 шт.
9. Скакалки – 30 шт.
10. Мячи набивные различной массы – 30 шт.
11. Гантели различной массы – 20 шт.
12. Мячи баскетбольные – 40 шт.
13. Насос ручной со штуцером – 2 шт.

Учебно-тематический план

Группа 1-го года обучения (72 часа).

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	3
2	Специальная подготовка техническая	40
3	Специальная подготовка тактическая	14
4	ОФП	10
5	Соревнования	5

Группа 2-го года обучения (72 часа).

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	3
2	Специальная подготовка техническая	20
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	ОФП	18
5	Соревнования	10

Дополнительные обобщающие материалы

Литература для учителя:

Баландин, Г. А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А. Баландин, Н. Н. Назарова, Т. Н. Казакова. – М. : Советский спорт, 2002.

Ковалько, В. И. Индивидуальная тренировка / В. И. Ковалько. – М. : Советский спорт, 1960.

Коузи, Б. Баскетбол. Концепции и анализ / Б. Коузи, Ф. Пауэр. – М. : ФиС, 1975.

Кузнецов, В. С. Упражнения и игры с мячами / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.

Литература для учащихся:

Литвинов, Е. Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г. И. Погадаев. – М. : Просвещение, 1999.

Мейксон, Г. Б. Физическая культура для 5–7 классов / Г. Б. Мейксон, Л. Е. Любомирский, Л. Б. Кофман, В. И. Лях. – М. : Просвещение, 1998.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы занимающиеся получат необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в баскетбол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится

2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств:

Нормативы технической подготовки. 1-й год обучения

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	10	9	20	18
4	8	7	23	16
3	7	5	25	12

Нормативы технической подготовки. 2-й год обучения

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	12	11	17	24
4	10	9	19	22
3	9	7	21	16

Нормативы технической подготовки. 3-й год обучения

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	15	13	13	28
3	13	11	15	26
4	11	9	17	22

Штрафные броски выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции выполняются последовательно от десяти равно удаленных точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45° и 90° к щиту. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3-секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

Передача мяча в стену на скорость. Встать на расстоянии 2–3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

Общефизическая подготовка

Нормативы технической подготовки. 1-й год обучения

Оценка	Прыжок в длину с места	Челночный бег 66,4 м	Бег 30 м	Бег 1000 м
5	190	6.2	4.9	4.10.0
4	180	6.5	5.2	4.20.0
3	170	6.7	5.4	4.30.0

Нормативы технической подготовки. 2-й год обучения

Оценка	Прыжок в длину с места	Челночный бег 66,4 м	Бег 30 м	Бег 1000 м
5	220	5.7	4.5	3.50.0
4	210	6.0	4.7	4.00.0
3	200	6.2	5.0	4.20.0

Нормативы технической подготовки. 3-й год обучения

Оценка	Прыжок в длину с места	Челночный бег 66,4 м	Бег 30 м	Бег 1000 м
5	240	5.0	4.2	3.20.0
4	230	5.2	4.5	3.30.0
3	220	5.5	4.8	3.40.0

Норматив «челночный бег» проводится на баскетбольной площадке. Старт и финиш – с лицевой линии. Спортсмен бежит до линии штрафного броска и возвращается обратно; затем он бежит до центральной линии и возвращается до линии штрафного броска; далее бежит до противоположной линии штрафного броска и возвращается к месту старта.

Проверка знаний правил судейства осуществляется путем привлечения учащихся к судейству внутришкольных соревнований в качестве судей в поле (3-й год обучения), судей на протоколе (2-й год обучения).

Участие в соревнованиях. Учащиеся принимают участие не менее чем в двух соревнованиях в год и проводят не менее 5–7 матчевых встреч.

По окончании прохождения программы учащиеся должны выполнить юношеский разряд по баскетболу и иметь навыки организации и проведения соревнований по баскетболу.

РАБОЧИЙ ПЛАН СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ БАСКЕТБОЛА. 1-й ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ Дат а	Тема занятий.	Кол-во час.по программ е	Требование к уровню подготовленности обучающихся	Д/З	Форма проведения урока, вид контроля
1	Баскетбол. Теория. Инструктаж по ТБ. История баскетбола. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Инструктаж по ТБ. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Подвижные игры.	Знать историю баскетбола. Уметь выполнять технические приемы.	Изучение нового материала/ Текущий
2	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й
3	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
4	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений,	2	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Ведение мяча правой и левой	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й

	ведения, передач, бросков.		рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Подвижные игры.		
5	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
6	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
7	Баскетбол. Теория. Инструктаж по ТБ. Правила соревнований.	2	Правила игры в мини-баскетбол.	Знать правила игры в мини-баскетбол	Изучение нового материала/ Текущий
8	Баскетбол. ОФП. Инструктаж по ТБ. Развитие двигательных качеств.	2	Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200м. Кросс 1000м.	Уметь выполнять беговые упражнения	Изучение нового материала/ Текущий
9	Баскетбол. ОФП. Развитие двигательных качеств.	2	Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200м. Кросс 1000м.	Уметь выполнять беговые упражнения	Совершенствования/Текущий
10	Баскетбол. ОФП. Развитие двигательных качеств.	2	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20м.	Уметь выполнять беговые упражнения	Совершенствования/Текущий

			Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40, 60м. Кросс 1000м.		
11	Баскетбол. Тактическая подготовка. Инструктаж по ТБ. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без смены мест.	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/ Текущий
12	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без смены мест.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
13	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без смены мест. Нападение через заслон.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
14	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Подвижные игры. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
15	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Подвижные игры. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
16	Баскетбол.	2	Ведение мяча с	Уметь	Изучение нового материала/

	Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.		изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Подвижные игры. Игра в мини-баскетбол.	выполнять технические приемы	Текущий
17	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Подвижные игры. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
18	Баскетбол. ОПФ. Инструктаж по ТБ. Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Изучение нового материала/ Текущий
19	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Совершенствования/Текущий
20	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Совершенствования/Текущий

21	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) со сменой места.	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/ Текущий
22	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) со сменой места.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущи й
23	Баскетбол. Теория. Правила соревнований.	2	Жесты судей.	Знать правила игры в мини- баскетбол	Изучение нового материала/ Текущий
24	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение с изменением направления. Бросок мяча после ловли и ведения. Штрафной бросок. Игра в мини- баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
25	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение с изменением направления. Бросок мяча после ловли и ведения. Штрафной бросок. Игра в мини- баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й
26	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Ведение с изменением высоты отскока. Передача мяча со сменой мест в движении. Бросок после остановки. Игра в мини- баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
27	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Ведение с изменением высоты отскока. Передача мяча со сменой мест в движении. Бросок после остановки. Игра в мини- баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й
28	Баскетбол. Тактическая	2	Ведение с пассивным	Уметь выполнять	Изучение нового материала/ Текущий

	подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.		сопротивлением. Передача мяча со сменой мест в движении с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.	технические приемы	
29	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Ведение с пассивным сопротивлением. Передача мяча со сменой мест в движении с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
30	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Передача мяча в движении с пассивным сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/Текущий
31	Баскетбол. Тактическая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Передача мяча в движении с пассивным сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
32	Баскетбол. ОФП. Инструктаж по ТБ. Развитие двигательных качеств.	2	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15м. Ускорение из различных исходных положений.	Уметь выполнять беговые упражнения	Изучение нового материала/Текущий
33	Баскетбол. ОФП. Развитие двигательных качеств.	2	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15м. Ускорение из различных	Уметь выполнять беговые упражнения	Совершенствования/Текущий

			исходных положений.		
34	Баскетбол. ОФП. Развитие двигательных качеств.	2	Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Ускорение из различных исходных положений.	Уметь выполнять беговые упражнения	Совершенствования/Текущий
35	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0)	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/Текущий
36	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0)	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
37	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/Текущий
38	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика нападения.	2	Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
39	Баскетбол. Теория. Правила соревнований.	2	Жесты судей.	Знать правила игры в мини-баскетбол	Изучение нового материала/Текущий
40	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/Текущий
41	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения,	2	Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий

	передач, бросков. Игра.		Игра в мини-баскетбол.		
42	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Защитные действия 1*1. Передача и ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
43	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Защитные действия 1*1. Передача и ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
44	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Сочетание приемов: ведение – бросок. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
45	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Сочетание приемов: ведение – бросок. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
46	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Сочетание приемов: ведение – передача – бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
47	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Сочетание приемов: ведение – передача – бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
48	Баскетбол. Тактическая подготовка. Участие в	2	Совершенствование тактических и технических приемов в	Уметь выполнять тактические действия в	Игра

	соревнованиях		соревнованиях.	игре	
49	Баскетбол. Теория. Инструктаж по ТБ. Правила соревнований.	2	Жесты судей.	Знать правила игры в мини-баскетбол	Изучение нового материала/ Текущий
50	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Челночный бег. Подвижные игры.	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Изучение нового материала/ Текущий
51	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Челночный бег. Подвижные игры.	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Совершенствования/Текущий
52	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Подвижные игры.	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Совершенствования/Текущий
53	Баскетбол. Техническая подготовка. Инструктаж по ТБ. Техника передвижений, ведения, передача бросков.	2	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
54	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
55	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника	2	Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий

	передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.		парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.		
56	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
57	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением. Ловля и передача мяча в парах, тройках, и а движении с сопротивлением. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
58	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением. Ловля и передача мяча в парах, тройках, и а движении с сопротивлением. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
59	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Подстраховка.	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/ Текущий
60	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Подстраховка.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
61	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Командные защитные действия.	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/ Текущий

62	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Командные защитные действия.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущи й
63	Баскетбол. Техническая подготовка. Инструктаж по ТБ. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после остановки. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
64	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после остановки. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й
65	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий
66	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущи й
67	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках и на месте и в движении с сопротивлением. Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением. Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением.	Уметь выполнять технические приемы	Изучение нового материала/ Текущий

			Учебная игра.		
68	Баскетбол. Техническая подготовка. Техника передвижений, ведения, передач, бросков. Игра.	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках и на месте и в движении с сопротивлением. Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением. Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приемы	Совершенствования/Текущий
69	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Командные защитные действия. Персональная опека игрока.	Уметь выполнять тактические действия	Изучение нового материала/Текущий
70-71	Баскетбол. Тактическая подготовка. Тактика защиты.	4	Защитные действия (1:1), (1:2). Командные защитные действия. Персональная опека игрока.	Уметь выполнять тактические действия	Совершенствования/Текущий
72	Баскетбол. ОПФ. Развитие двигательных качеств.	2	Прием контрольных нормативов по ОПФ.	Выполнять контрольные нормативы	Контрольный/Итоговый