

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУПО «СТЭТ»
В.Г. Арвеладзе
«10» 2020 г.

**Учебно-тематический план работы
секции «БАСКЕТБОЛ»**

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Форма проведения ПА
I	<p>Вводное занятие</p> <p>Тема: «Ведение. Передача. Подача. Ловля мяча»</p> <p>Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Передвижение бегом. Приставные шаги. Остановка прыжком в два шага. Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости. Передача мяча снизу одной рукой на месте. Передача мяча одной рукой от плеча по высокой траектории на расстоянии 12-16 метров с места, а затем в движении. Передача мяча от груди в тройках, двумя руками в движении по восьмерке, бросок от груди, бросок снизу двумя руками. Ловля высоколетящих мячей в прыжке, на месте, в движении. Ловля и передача мяча двумя руками в движении - используя три шага. Передача мяча на месте с отскоком от пола и ловля мяча. Передача и ловля мяча при встречном движении и с отскоком от пола.</p>	2 18	Устный опрос
II	Тема: «Броски в корзину. Штрафной бросок»	28	
	<p>Броски в корзину от головы. Учащийся выполняет 15-20 бросков. Броски в движении после двух шагов. Броски в корзину в прыжке с дальней и средней дистанции. Бросок мяча одной рукой в прыжке с поворотом до 180 градусов.</p>		Практическая отработка элементов
III	Тема: «Техника нападения. Техника защиты. Техника овладения мячом»	32	

	<p>Техника передвижения.</p> <p>Основная стойка баскетболиста.</p> <p>Повороты в движении, с сочетанием способов передвижения.</p> <p>Передвижение переставным шагом, сочетание передвижений, остановок, поворотов.</p> <p>Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.</p> <p>Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги.</p> <p>Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.</p> <p>Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии.</p> <p>Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения.</p> <p>Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево).</p> <p>Передача мяча одной рукой из-за спины.</p> <p>Действия защитника в обороне, в нападении.</p> <p>Вырывание мяча.</p> <p>Выбивание мяча.</p> <p>Перехват мяча.</p> <p>Накрытие мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца.</p> <p>Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении.</p> <p>Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего.</p> <p>Обводка противника способом прикрытия мяча корпусом.</p>		Практическая отработка элементов
IV	Тема: «Техника передвижения»	10	
	<p>Перемещение к стойке защитника вперед, в стороны, назад.</p> <p>Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.</p> <p>Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля.</p> <p>Обманные действия: финг на рывок, финг на бросок, финг на проход.</p> <p>Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево).</p> <p>Ведение мяча с изменением направления движения, с изменением высоты отскока, скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости.</p>		Практическая отработка элементов
VII	Тема «Организация и проведение соревнований»	10	
	<p>Первенство по баскетболу среди команд юношей и девушек.</p> <p>Товарищеские встречи между командами близлежащих учебных заведений.</p>		Спортивные соревнования
	ВСЕГО	100	