

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Терского района
Средняя общеобразовательная школа № 4

Принята
на педагогическом совете
протокол № 1 от 30 августа 2022 года

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4
Макарова Е.В.
Приказ № 187 от 31.08 2022 год



Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 13 - 17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель программы:
учитель физической культуры
Губницына Н.В.

пгт. Умба
2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

- Направленность дополнительной общеразвивающей программы
- Уровень программы
- Актуальность и практическая значимость программы
- Педагогическая целесообразность программы
- Отличительные особенности программы
- Адресат программы
- Объем программы
- Формы обучения и виды занятий
- Срок освоения программы
- Наполняемость группы
- Режим занятий
- Нормативно-правовое обеспечение программы

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы

- Учебный план
- Содержание учебно-тематического плана
- Планируемые результаты

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

- Условия реализации программы
- Формы аттестации (контроля)
- Оценочные материалы
- Методическое обеспечение программы
- План воспитательной работы

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

Приложение № 1 Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол».

Приложение № 2 Оценка уровней освоения программы.

Приложение № 3 Календарный учебный график.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы – физкультурно-спортивная.

Уровень программы – базовый.

Тип местности – сельская.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Педагогическая целесообразность программы. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра БАСКЕТБОЛ, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде). В условиях школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность учащихся, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности. В холодное время года дети любят собираться в светлом спортзале не только для спортивных тренировок, но и для общения со сверстниками, интересно проводят свободное время, не ищут развлечений на улице, а также приобщают родителей для поддержки на соревнованиях.

Отличительные особенности программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Программа направлена не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятия учащимся с разной физической подготовкой и физическими способностями. В данной программе уменьшена теоретическая и практическая часть.

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 13-17 лет, желающих заниматься баскетболом, без специальной подготовки. В группы принимаются дети, на добровольной основе. Условия набора: отсутствие медицинских противопоказаний.

Объем программы

1 год обучения - 102 часа

Формы обучения и виды занятий

Форма обучения – групповая.

Виды занятий – практические и теоретические занятия, соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские игры, контрольные испытания.

Срок освоения программы – 1 год.

Наполняемость группы

Этап подготовки	Год обучения	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической подготовке
Базовый уровень	1	8-12	3	Выполнение нормативов по ОФП (общей физической подготовке) и технической подготовке

Режим занятий

Форма реализации: очная.

Срок реализации программы один год, 102 часа, 3 академических часа в неделю (2 раза в неделю – по 1,5 академическому часу). Длительность академического часа – 40 минут.

Нормативно-правовое обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная программа по баскетболу разработана на основе Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ «Баскетбол» (М., 2004) и в соответствии со следующими законодательными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения Терского района СОШ №4;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 г.);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О направлении информации» от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года», I этап (2022 – 2024 годы);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства спорта РФ от 30 октября 2015 г. N 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

1.2. Цель и задачи программы

Цель –на основе интересов и склонностей, учащихся углубить знания, расширить арсенал двигательных умений и навыков. Достигнуть более высокого уровня двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам.

Задачи:

1. Образовательные:

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

2. Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- Расширение спортивного кругозора детей.

3. Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

1.3. Содержание программы

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической (основы знаний), физической (общая и специальная физическая подготовка), технической и тактической.

Учебный план

№	Разделы, темы	Рабочая программа			Формы аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
1.	Меры безопасности на занятиях и гигиенические сведения.	2	2	-	Устный опрос
2.	Основы техники и тактики игры (теория).	4	4	-	Устный опрос
3.	Общая и специальная физическая подготовка.	40	-	40	Практическая работа. Сдача контрольных нормативов.
4.	Основы техники и тактики игры (практика).	46		46	Практическая работа. Сдача контрольных нормативов.
5.	Контрольные игры и соревнования	10	-	10	Практическая работа. Участие в соревнованиях.
Итого:		102	6	96	

Содержание программы

1. Теоретическая подготовка – 6 часов.

1. Вводное занятие – 2 часа.

- Знакомство учащихся с целями и задачами на учебный год. Порядок и содержание работы. Правила поведения и техника безопасности на занятиях. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

2. Основы техники и тактики игры – 4 часа.

- История возникновения и развития баскетбола. Понятие о технике игры, характеристика приемов игры. Понятие о тактике игры, характеристика тактических действий. Участие в судействе соревнований.

2. Общая и специальная физическая подготовка – 40 часов.

Общая физическая подготовка.

В состав ОФП входят строевые упражнения и команды для управления группой; упражнения из гимнастики, легкой атлетики, акробатики,

подвижные и спортивные игры.

Гимнастические упражнения подразделяются на три группы: первая - для мышц рук и плечевого пояса, вторая - для мышц туловища и шеи; третья - для мышц ног и таза.

Упражнения выполняются без предметов и с предметами (набивные мячи, гимнастические палки, гантели, резиновые амортизаторы, скакалки); на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка и скамейка, перекладина, канат); прыжки в высоту с прямого разбега (с мостика) через планку (веревочку).

Акробатические упражнения включают группировки и перекаты в различных положениях, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад; соединение нескольких акробатических упражнений в несложные комбинации.

Легкоатлетические упражнения. Сюда входят упражнения в беге, прыжках и метаниях.

Бег: 20,30,60 м, повторный бег - два-три отрезка по 20-30 м (с 12 лет) и по 40 м (с 14 лет), три отрезка по 50-60 м (с 16 лет). Бег с низкого старта 60 м (с 13 лет), 100 м (с 15 лет). Эстафетный бег с этапами до 40 м (10-12 лет), до 50-60 м (с 13 лет). Бег с

горизонтальными и вертикальными препятствиями (учебные барьеры, набивные мячи, условные окопы, количество препятствий от 4 до 10). Бег или кросс 500-1000 м.

Прыжки: через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с места; тройной прыжок с места; в длину с разбега.

Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность; метание гранаты (250-700 г) с места и с разбега; толкание ядра весом 3 кг (девочки 13-16 лет), 4 кг (мальчики 13-15 лет), 5 кг (юноши 16 лет); метание копья в цель

и на дальность с места и с шага.

Многоборья: спринтерские, прыжковые, метательные, смешанные - от 3 до 5 видов.

Спортивные и подвижные игры. Ручной мяч, футбол, бадминтон и др. Основные приемы техники игры в нападении и защите. Индивидуальные тактические действия и простейшие взаимодействия игроков в защите и нападении. «Салки спиной к щиту», «Вызов номеров», «Слушай сигнал», «Салки», «Эстафеты с бегом, прыжками», «Борьба за мяч», «Эстафета баскетболистов», «Перестрелка».

Специальная физическая подготовка.

Бег с остановками и изменением направления. «Челночный» бег на 5,6 и 10 м (общий пробег за одну попытку 20-30 м).

«Челночный» бег, но отрезок вначале пробегают лицом вперед, а затем спиной и т.д. По принципу «челночного» бега передвижение приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (2-5 кг) в руках, с поясом-отягощением или в куртке с отягощением.

Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки, по сигналу выполнение определенного задания.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (двумя) в руках (до 3 кг). Из положения стоя на гимнастической стенке - одна нога сильно

согнута, другая опущена вниз, руками держаться на уровне лица: быстрое разгибание ноги (от стенки не отклоняться).

Многократные *броски набивного мяча* (1-2 кг) над собой в прыжке и ловля после приземления.

Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. То же с отягощением.

Напрыгивание на тумбу (сложенные гимнастические маты), постепенно увеличивая высоту и количество прыжков подряд.

Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх. Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий (набивные мячи и т.п.).

Прыжки с места вперед, назад, вправо, влево, отталкиваясь обеими ногами.

Прыжки вверх с доставанием подвешенного мяча, отталкиваясь одной и обеими ногами. То же, но делая разбег в три шага. Прыжки с места и с разбега с доставанием теннисных (набивных, волейбольных) мячей, укрепленных на разной высоте.

Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу.

Упражнения для развития быстроты баскетболиста. По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15...30 м, с постоянным изменением исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком, и спиной к стартовой линии. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом.

Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.

Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

3. Основы техники и тактики игры - 46 часов.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.

- Передвижение правым – левым боком.

- Передвижение в стойке баскетболиста.

-Остановка прыжком после ускорения.

-Остановка в один шаг после ускорения.

-Остановка в два шага после ускорения.

- Повороты без мяча и с мячом

- Повороты на месте.

- Повороты в движении.

- Имитация защитных действий против игрока нападения.

- Имитация действий атаки против игрока защиты.

Овладение техникой ловли и передачи мяча.

- Двумя руками от груди, стоя на месте.
- Двумя руками от груди с шагом вперед.
- Двумя руками от груди в движении.
- Передача одной рукой от плеча.
- Передача одной рукой с шагом вперед.
- То же после ведения мяча.
- Передача одной рукой с отскоком от пола.
- Передача двумя руками с отскоком от пола.
- Передача одной рукой снизу от пола.
- То же в движении.
- Ловля мяча после полу отскока.
- Ловля высоко летящего мяча.
- Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- Ловля катящегося мяча в движении.
- Передача со сменой мест в движении.
- Передача с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладения техникой ведения мяча.

- На месте.
- В движении шагом.
- В движении бегом.
- То же с изменением направления и скорости.
- То же с изменением высоты отскока.
- Правой и левой рукой поочередно на месте.
- Правой и левой рукой поочередно в движении.
- Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте, в движении.
- Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча.

- Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- В прыжке одной рукой с места.
- Штрафной бросок.
- Двумя руками снизу в движении.
- Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- в прыжке со средней дистанции.
- в прыжке с дальней дистанции.

Освоение индивидуальных защитных действий.

- Перехват мяча.
- Вырывание и выбивание мяча.
- Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

- Борьба за мяч после отскока от щита.
- Личная защита.
- Зонная защита.

Тактическая подготовка.

- Позиционное нападение в игровых взаимодействиях.
- Быстрый прорыв.
- Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».
- Командные действия в защите.
- Командные действия в нападении.
- Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

4. Контрольные игры и соревнования - 10 часов.

Участие учащихся в товарищеских и календарных играх на первенство школы, района, области.

Планируемые результаты

Предметные результаты освоения программы

В результате освоения программы дополнительного образования учащиеся будут

Знать:

1. Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире.
2. Правила техники безопасности, личной гигиены и оказание до врачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.
3. Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.
4. Типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.
5. Упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).
6. Контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.
7. Основное содержание правил по баскетболу.
8. Жесты судьи по баскетболу.
9. Игровые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами б/б.

Уметь:

1. Соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;
2. Выполнять технические приемы и тактические действия;
3. Контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
4. Играть в баскетбол с соблюдением основных правил;

5. Демонстрировать жесты судьи;
6. Проводить судейство по баскетболу.

Демонстрировать:

1. Ведение мяча с изменением высоты отскока, скорости, направления движения;
2. Ловлю и передачу мяча двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола, на разные расстояния и точность;
3. Броски мяча в корзину с разных дистанций, с места, в движении с двух шагов.

Личностные результаты освоения программы:

- Формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям баскетболом, физической культурой и к здоровому образу жизни;
- Формирование мотивации к работе на результат;
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- Умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- Умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей, умения оказывать помощь своим сверстникам;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- Воспитание морально-этических и волевых качеств, дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты освоения программы

Регулятивные универсальные учебные действия:

- Умение определять и формулировать цель, планировать достижение этой цели, с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- Умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания;
- Умение работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- Умение определять шаги решения задачи, находить наиболее эффективные способы достижения результата;
- Умение организовать самостоятельные занятия с группой, распределение функций между участниками;
- Умение находить ошибки при выполнении заданий и способы их исправления;

- Умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Познавательные универсальные учебные действия:

- Умение задавать вопросы;
- Умение получать помощь;
- Умение находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- Умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- Умение донести свою позицию до других, обосновывать свою точку зрения (аргументировать, основываясь на предметном знании);
- Способность работать в команде, умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- Умение выслушивать собеседника и вести диалог, принять другую точку зрения, отличную от своей;
- Умение совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- Умение организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- Доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Условия реализации программы

Дидактический материал: таблицы, плакаты, фотографии, видео.

Материально-техническое обеспечение:

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь: спортивный зал с разметкой баскетбольной площадки, щиты тренировочные с кольцами, мячи баскетбольные, насос ручной со штуцером, стойки для обводки, скакалки, гимнастические скамейки, мячи набивные различной массы, гимнастические маты.

Кадровое обеспечение: реализовывать программу может педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование или высшее образование, профиль которого, соответствует физкультурно-спортивной направленности.

Информационное обеспечение:

Для занятий необходим компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор, фоно и видео – медиатека, тематическая литература, методические разработки занятий, фотоальбомы.

Формы контроля/аттестации

Тестирование, сдача контрольных нормативов, товарищеские игры, соревнования школьного, районного, областного масштабов.

Периодичность диагностики и аттестации: стартовая диагностики (сентябрь); промежуточная (декабрь); итоговая (май).

Для оценки уровня практического владения баскетболом в ходе учебного процесса диагностика проводится в форме наблюдения, выполнения заданий и сдачи контрольных нормативов.

Оценочные материалы

Результативность реализации программы определяется на основе сдачи контрольных нормативов по общей физической подготовке и технической подготовке, результатов участия в соревнованиях различного уровня.

Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке

1. Бег 20 метров (сек.)
2. Высота подскока (см.)
3. Бег 60 метров (сек.)

Контрольные нормативы по технической подготовке

1. Штрафные броски (из 10 раз).
2. Ведение мяча на 20 м (сек.).
3. Броски в движении после ведения (из 5 раз).

Контрольные нормативы

Возраст	Уровень подготовки					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 20 м (сек.)						
14	3.4	3.5-3.8	4.0-4.2	3.8	3.9-4.2	4.3-4.5
15	3.4	3.5-3.7	3.8-4.0	3.6	3.7-3.9	4.0-4.2
16	3.3	3.4-3.6	3.7-3.9	3.3	3.6-3.8	4.0-4.2
17	3.3	3.4-3.6	3.7-3.9	3.3	3.6-3.8	4.0-4.2
Бег 60 м (сек.)						
14	8.4	8.5-9.0	9.1-9.5	9.1	9.2-9.8	9.9-10.5
15	8.3	8.4-8.9	9.0-9.2	8.8	8.9-9.4	9.5-10.2
16	8.2	8.3-8.8	8.9-9.1	8.7	8.8-9.3	9.4-9.9
17	8.2	8.3-8.8	8.9-9.1	8.7	8.8-9.3	9.4-9.9
Высота подскока (см)						
14	48	43-47	39-42	45	39-44	34-38
15	54	48-53	41-47	46	40-45	35-39
16	61	56-60	50-55	48	41-47	36-40
17	61	56-60	50-55	48	41-47	36-40
Ведение мяча на 20 м (сек.)						
14	8.7	8.8-9.3	9.4-9.6	9.4	9.5-10.0	10.1-10.7

15	8.2	8.3-8.8	8.9-9.3	9.1	9.2-9.7	9.9-10.5
16	8.0	8.1-8.7	8.8-9.2	9.0	9.1-9.7	9.8-10.4
17	8.0	8.1-8.7	8.8-9.2	9.0	9.1-9.7	9.8-10.4
Штрафные броски (из 10 раз)						
14	6	4-5	3	5	4	3
15	7	5-6	4	6	4-5	3
16	7	5-6	4	6	4-5	3
17	7	5-6	4	6	4-5	3
Броски в движении после ведения (из 5 раз)						
14	4	4	3	4	2-3	1
15	5	4-5	3	5	3-4	2
16	5	4-5	3	5	3-4	2
17	5	4-5	3	5	3-4	2

Примечание. Бег на 20 м и 60 м выполняется с высокого старта.

Для измерения высоты подскока обучающийся не должен выходить за пределы квадрата 50х50 см (точка отсчета при положении стоя на всей ступне).

Ведение мяча на 20 м. Обучающийся ведет мяч правой рукой на 20 м. Фиксируется время продвижения (в сек.), а также дается экспертная оценка техники выполнения ведения.

Виды контроля

<i>Виды контроля</i>	<i>Содержание</i>	<i>Методы, формы контроля</i>	<i>Сроки контроля</i>
Предварительный (стартовый) контроль	Начальный уровень подготовки учащихся (на начало учебного года)	Наблюдение	Сентябрь
Текущий контроль	Систематическая проверка и оценка образовательных результатов по конкретным темам на отдельных занятиях	Текущая проверка знаний и умений проводится в форме наблюдений, выполнения заданий	В течение учебного года
Оперативный контроль	Оперативный контроль за функциональным состоянием учащихся, оценка переносимости нагрузки, выявление	На каждом занятии контролируется влияние физической нагрузки на каждого учащегося	В течение учебного года

	отклонений в состоянии здоровья		
Промежуточная аттестация	Оценка качества усвоения учащимися содержания образовательной программы по итогам учебного полугодия и года обучения	Соревнования. Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП.	Декабрь
Итоговая аттестация	Оценка результативности освоения учащимися образовательной программы по итогам обучения	Соревнования. Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП.	Апрель, май

Методическое обеспечение программы

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

- словесные методы,
- наглядные методы,
- практические методы (метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки).

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

План воспитательной работы

Цель воспитательной работы – воспитание личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения и самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Основные направления и задачи воспитательной работы:

- Гражданско-патриотическое воспитание: воспитание гражданской ответственности, достоинства, уважения к истории и культуре своей страны, народам Российской Федерации, к своей малой родине.
- Духовно-нравственное воспитание: формирование у обучающихся доброты и милосердия, выявление правильного представления о доброте и добрых делах; воспитание детей на основании принципов толерантности; формирование позитивного отношения к обычаям, традициям своего народа, своей семьи.
- Художественно-эстетическое воспитание: формирование и раскрытие творческой индивидуальности обучающихся, создание условий для интеллектуального, нравственного и эмоционального самовыражения личности ребенка.
- Спортивно-оздоровительное направление: пропаганда здорового образа жизни; спортивно-оздоровительная работа; создание благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья (физического, психического, социального) обучающихся; расширение кругозора школьников в области физической культуры, спорта и туризма.
- Трудовое и профориентационное воспитание: формирование знаний, представлений о трудовой деятельности; выявление творческих способностей и профессиональных направлений школьников.
- Работа с родителями: привлечение родителей обучающихся к сотрудничеству по всем направлениям воспитательной работы.
- Экологическое воспитание: создание экологически благоприятных условий жизнедеятельности обучающихся и педагогов; воспитание сознательного отношения к природе.

Гражданско-патриотическое воспитание

Планируемая работа	Сроки
День окончания Второй мировой войны	сентябрь
День солидарности в борьбе с терроризмом	сентябрь
День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	ноябрь
День Государственного герба Российской Федерации	ноябрь
День Неизвестного Солдата	декабрь
День Конституции Российской Федерации (12 декабря)	декабрь
День Героев Отечества	декабрь
День космонавтики, 65 лет со дня запуска СССР первого искусственного спутника Земли	апрель
День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны	апрель

Духовно-нравственное воспитание

Планируемая работа	Сроки
Международный день пожилых людей	октябрь
День отца в России	октябрь
День матери в России	ноябрь
Международный день инвалидов	декабрь
День народного единства	ноябрь
День Конституции	декабрь
День Победы	май
День славянской письменности и культуры	май
День воссоединения Крыма и России	март

Художественно-эстетическое воспитание

Планируемая работа	Сроки
Международный день учителя	октябрь
День защитника Отечества	февраль
Международный женский день	март
Всемирный день театра	март
День российской науки	февраль

Трудовое и профориентационное воспитание

Планируемая работа	Сроки
Праздник Весны и Труда	май
День российского студенчества	январь

Спортивно-оздоровительное направление

Планируемая работа	Сроки
День здоровья	апрель
Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом	март
Декада «Здоровый образ жизни»	декабрь
Работа по профилактике вредных привычек	в течение года
Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия	по плану программы

Работа с родителями

Планируемая работа	Сроки
Привлечение к сотрудничеству родителей обучающихся по всем направлениям воспитательной работы	в течение года
Родительские собрания	в течение года

Экологическое воспитание

Планируемая работа	Сроки
Всемирный день Земли	апрель
Участие в экологических субботниках	апрель

Форма проведения занятий по воспитательной работе: теоретические занятия в виде коммуникативной беседы, дискуссии.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

Литература для педагогов

1. «Баскетбол: теория и методика обучения», учебное пособие/Д.И.Нестеровский, М., ИЦ «Академия,2007».
2. Гомельский А.Я. «Библия баскетбола»: «Броски по кольцу», «Чемпионат» и издательство ЭКСМО, 2015г.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
4. «Общая педагогика физической культуры и спорта» -М.: ИД «Форум», 2007.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
6. Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.
7. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г.
8. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.

Литература для обучающихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.;
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
4. Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989

Образовательные электронные ресурсы:

1. <http://ballplay.narod.ru> Методика подготовки баскетболистов: Персональный сайт Скиндера Александра Васильевича.
2. <http://www.kes-basket.ru/> Школьная баскетбольная лига.
3. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/start/263013/>
4. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/>
5. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/>
6. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3232/start/>
7. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3231/start/>
8. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3819/start/>
9. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3807/start/>
10. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/start/>
11. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4967/start/>
12. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4958/start/>

13. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4639/start/86315/>
14. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6104/start/169670/>
15. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3854/start/87806/>
16. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4969/start/79907/>
17. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/start/169790/>
18. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4971/start/85907/>

Приложение № 1

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол».

Формами подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол» являются сдача контрольно-переводных нормативов и участие в соревнованиях различного уровня.

№ п/п	Фамилия, имя	Год рождения	Бег 20 м (сек.)	Бег 60 м (сек.)	Высота подскока (см)	Ведение мяча на 20 м (сек.)	Штрафные броски (из 10 раз)	Броски в движении после ведения (из 5 раз)
1								
2								
3								

Приложение № 2

Оценка уровней освоения программы

Уровень	Параметры	Показатели
Высокий уровень	Теоретические знания	Успешное освоение учащимися 85-100% содержания программы. Учащийся самостоятельно ориентируется в содержании пройденного материала, способен самостоятельно систематизировать, обобщать информацию, сделать вывод без ошибок, отлично

		владеет специальной терминологией.
	Практические умения и навыки	Соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям. Свободно владеет специальным оборудованием и оснащением. Все действия выполняет правильно, уверенно и быстро.
	Выполнение нормативов	Выполняет контрольные нормативы по ОФП и СФП на 85-100%.
Средний уровень	Теоретические знания	Успешное освоение учащимися 70-85% содержания программы. Почти полное усвоение учебного материала (иногда требуется помощь педагога), достаточно хорошо владеет специальной терминологией, знает и успешно применяет на практике полученные знания.
	Практические умения и навыки	Выполняет задания согласно описанию, уверенно, но допускает незначительные ошибки.
	Выполнение нормативов	Выполняет контрольные нормативы по ОФП и СФП на 70-85%.
Низкий уровень	Теоретические знания	Успешное освоение учащимися от 50% до 70% содержания программы. Владеет неполной информацией, знает значение специальных терминов, но путается в них, нуждается в помощи педагога.
	Практические умения и навыки	При выполнении заданий допускает значительные ошибки.
	Выполнение нормативов	Выполняет контрольные нормативы по ОФП и СФП на 50-70%.

Календарный учебный график
Дополнительная общеразвивающая программа
«Баскетбол»

Количество часов – 102

Учитель физической культуры: Губницына Н. В.

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю (среда, пятница) по 1,5 часа.

Время проведения: 18:00 – 19:10

№ п/п	Тема занятия	Кол -во часо в	Месяц	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	<i>Инструктаж по технике безопасности во время занятий, оказание первой помощи.</i> Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры.	1,5	сентябрь	Вводный	Спортивный зал	Устный опрос
2.	<i>Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.</i> Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Виды передач мяча. ОФП. Подвижные игры.	1,5	сентябрь	Обучение	Спортивный зал	Устный опрос
3.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча. СФП. Подвижные игры.	1.5	сентябрь	Обучение	Спортивный зал	Практическая работа
4.	Техника передвижения по площадке с мячом и без. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте, в движении. ОиСФП. Подвижные игры.	1,5	сентябрь	Обучение	Спортивный зал	Практическая работа
5.	<i>Основы техники и тактики игры. История возникновения и развития баскетбола.</i> ОиСФП. Бросок мяча одной от плеча с места. Игра в мини-баскетбол.	1,5	сентябрь	Комплексный	Спортивный зал	Устный опрос

6.	Разучивание способов передач мяча, при различном нахождении игрока на площадке. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной от плеча с места. Игра в мини-баскетбол.	1,5	сентябрь	Комплексный	Спортивный зал	Практическая работа
7.	Перемещения и остановка. Виды передач мяча на месте, в движении. Техника выполнения штрафного броска. Игра в мини-баскетбол.	1,5	сентябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
8.	Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Ведение мяча с изменением направления. Штрафной бросок. ОиСФП. Игра в баскетбол.	1,5	сентябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
9.	Передача мяча от плеча одной рукой стоя на месте с большой дистанции. Бросок мяча после ведения в два шага. Двухсторонняя игра.	1.5	октябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
10.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Техника ведения мяча. Бросок мяча после ведения в два шага. Игра.	1.5	октябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
11.	Перемещения и остановка. Виды передач мяча на месте, в движении. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Бросок мяча после ловли и ведения. ОиСФП. Двухсторонняя игра.	1.5	октябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
12.	<i>Основы техники и тактики игры. Понятие о технике игры, характеристика приемов игры.</i> Штрафной бросок. ОиСФП. Двухсторонняя игра.	1.5	октябрь	Обучение	Спортивный зал	Устный опрос
13.	Виды передач мяча на месте, в движении. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Бросок мяча после ловли и ведения. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Игра.	1.5	октябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
14.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Бросок мяча после ловли и ведения. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Двухсторонняя игра.	1.5	октябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа
15.	ОиСФП. Мини-турнир по баскетболу среди спортсменов.	1.5	октябрь	Контроль	Спортивный зал	Участие в соревнованиях
16.	Ловля двумя руками «низкого мяча». Ведение мяча с высоким и низким отскоком, с изменением направления. Двухсторонняя игра.	1.5	ноябрь	Совершенствование	Спортивный зал	Практическая работа

17.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Двухсторонняя игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
18.	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков "Отдай мяч и выйди". Двухсторонняя игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
19.	Нападение быстрым прорывом. Правильное занятие места в 3 сек. зоне.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
20.	Вырывание и выбивание мяча. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Нападение быстрым прорывом. Игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
21.	Передача мяча от груди двумя руками-с большого расстояния при отсутствии активной защиты. Броски мяча «неудобной» рукой. Штрафной бросок. ОиСФП. Игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
22.	Передача сверху двумя руками со средней дистанции при плотной защите. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
23.	Вырывание и выбивание мяча. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра.	1.5	ноябрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
24.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
25.	<i>Основы техники и тактики игры. Участие в судействе соревнований.</i> Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра. ОиСФП.	1.5	декабрь	Комплексный	Спортивный зал	Устный опрос
26.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Индивидуальные действия при нападении. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
27.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Индивидуальные действия при нападении. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа

28.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. Тактика свободного нападения. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
29.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Индивидуальные действия при нападении. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
30.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. Тактика свободного нападения. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
31.	<i>Основы техники и тактики игры. Понятие о тактике игры, характеристика тактических действий.</i> ОиСФП. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра.	1.5	декабрь	Совершенство	Спортивный зал	Устный опрос
32.	Ведения мяча с сопротивлением защитника. Тактика свободного нападения. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
33.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Действия одного защитника против двух нападающих. Двухсторонняя игра.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
34.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Двухсторонняя игра.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
35.	Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Игра.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
36.	Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Игра. СФП.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
37.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Действия одного защитника против двух нападающих. Двухсторонняя игра.	1.5	январь	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
38.	Защитные передвижения. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. ОиСФП. Игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
39.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Взаимодействие двух	1.5	Февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа

	игроков "Отдай мяч и выйди". Двухсторонняя игра.			ствование	зал	работа
40.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. ОиСФП. Жесты судей. Игра.	1.5	Февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
41.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
42.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
43.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
44.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
45.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	февраль	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
46.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Штрафной бросок. ОиСФП. Игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
47.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Штрафной бросок. ОиСФП. Игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
48.	Мини-турнир по баскетболу среди спортсменов. Командные тактические действия.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Участие в соревнованиях
49.	Бросок мяча одной рукой сверху. Штрафной бросок.	1.5	март	Совершенство	Спортивный	Практическая

				ствование	зал	работа
50.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Штрафной бросок. ОиСФП. Учебная игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
51.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Штрафной бросок. ОиСФП. Учебная игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
52.	Мини-турнир по баскетболу среди спортсменов. Командные тактические действия.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Участие в соревнованиях
53.	Вырывание и выбивание мяча. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
54.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	март	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
55.	Вырывание и выбивание мяча. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Защитные действия 1Х1. Двухсторонняя игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
56.	Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Сочетание приемов: ведение - бросок. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
57.	Контрольные испытания. Двухсторонняя игра. ОиСФП.	1.5	апрель	Контроль	Спортивный зал	Сдача контрольных испытаний
58.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа

59.	Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
60.	Сочетание приемов: ведение - передача - бросок в движении. Обманные движения. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
61.	Совершенство тактических и технических приемов в соревнованиях. Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением. Игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
62.	Совершенство тактических и технических приемов в соревнованиях. Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением. Игра.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
63.	Учебная игра. Мини-турнир по баскетболу среди спортсменов.	1.5	апрель	Совершенство	Спортивный зал	Участие в соревнованиях
64.	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Командные защитные действия. Персональная опека игрока. Учебная игра.	1.5	май	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
65.	Совершенство тактических и технических приемов в соревнованиях. Командные защитные действия. Персональная опека игрока. Учебная игра.	1.5	май	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
66.	Совершенство тактических и технических приемов в соревнованиях. Командные защитные действия. Персональная опека игрока. Учебная игра.	1.5	май	Совершенство	Спортивный зал	Практическая работа
67.	Учебная игра. Тестирование. ОиСФП.	1.5	май	Контроль	Спортивный зал	Сдача контрольных нормативов

68.	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях. Учебная игра.	1.5	май	Совершенство вание	Спортивный зал	Практическая работа
-----	--	-----	-----	-----------------------	-------------------	------------------------