

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей №1 Зеленодольского муниципального района  
Республики Татарстан»

Директор МБОУ «Лицей №1 ЗМР РТ»

Утверждаю»  
С.Ю.Кудрявцева  
Приказ № от 2023г



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Баскетбол»  
на 2023-2024 учебный год**

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: 9-17 лет

Разработчик:

Саркисян С.Л., педагог дополнительного образования

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

### Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- умение организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

### Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол

## Познавательные универсальные учебные действия

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели
- поиск и выделение необходимой информации
- применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств
- структурирование знаний
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности
- смысловое чтение
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение целей, функций участников, способов взаимодействия
- постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации
- разрешение конфликтов
- управление поведением партнера – контроль, коррекция, оценка действий партнера
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои, владение монологической и диалогической формами.

## **Виды, формы организации работы**

- индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная
- целостные упражнения, сопряженного воздействия.
- демонстрация показ, игровой, соревновательный

## **Содержание программы**

1. Развитие баскетбола в России
2. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях
3. Единая спортивная классификация ОФП
4. Совершенствование техники передвижения при нападении
5. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.
6. Контрольные испытания
7. Костно-мышечная система, ее строение, функция. Техника передвижения.
8. Индивидуальные действия с мячом и без.
9. Индивидуальные действия при нападении.
10. Гигиенические основы
11. Совершенствование техники передвижения. СФП.
12. Выбор способа ловли в зависимости от направления и скорости полета мяча.
13. Взаимодействие двух игроков «заслон в движении»
14. Предупреждение заболеваний при занятиях. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча.
15. Взаимодействие трех игроков – скрестный выход.
16. Чередование упражнений на развитие СФП.
17. Гигиенические требования к питанию.
18. Скрытые передачи мяча.
19. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения
20. Применение изученных взаимодействий в условиях прессинга
21. Восстановительные мероприятия. Инструкторская и судейская практика.
22. Контрольные испытания. Бросок мяча над головой. Крюк, полукрюк
23. Врачебный контроль. Командные действия в нападении
24. Применение изученных способов ловли передач. Ведения бросков. инструкторская и судейская практика

25. Самоконтроль. Ведение с поворотом кругом.
26. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек
27. Выбор места под щитом для борьбы за мяч
28. Противодействие взаимодействию двух игроков – заслон в движении.
29. Травматизм, оказание первой помощи. Бросок мяча в движении
30. Блокировка при борьбе за отскок мяча
31. Взаимодействие двух игроков – подстраховка. многократное выполнение технических приемов
32. Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передач
33. Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях
34. Действия одного защитника против двух нападающих
35. Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления.
36. Применение изученных стоек и передвижений в зависимости от действий нападающих.
37. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.
38. Система зонной защиты 2-3, 2-1-2.
39. Формы организаций занятий. Совершенствование техники броска.
40. Сочетание личной и зонной систем защиты в игре.
41. Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.
42. Психологическая подготовка. СФП. Ведение мяча с переводом
43. Контрольные испытания.
44. Инструкторская и судейская практика.
45. Противодействие игрокам различным игровым функциям.
46. Инструкторская и судейская практика
47. Ведение мяча с изменением высоты отскока
48. Физическая подготовка передача мяча с отскоком.
49. Организация командных действий по принципу выбора свободного места
50. Чередование упражнений на развитие СФК.
51. Техническая подготовка. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях
52. Бросок мяча изученными способами после выполнения других приемов.
53. Тактическая подготовка. Взаимодействие двух игроков – подстраховка
54. Передвижения в защитной стойке – назад, вперед, в сторону. Техника овладения мячом.
55. Противодействия взаимодействию трех игроков
56. Чередование изученных тактических действий-индивидуальных групповых командных.
57. Совершенствование техники броска.
58. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации.
59. Особенности спортивной тренировки.
60. Совершенствование техники ведения мяча.
61. Учет в процессе спортивной тренировки

62. Правила игры и методика судейства
63. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.
64. История развития баскетбола. Контрольные испытания
65. Совершенствование тактических действий в нападении и защите.
66. Совершенствование техники ловли и передачи мяча.
67. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий
68. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий
69. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий
70. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий

Содержание программы

Учебно-тематический план 1 года обучения

№		Название разделов и тем	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	1	<b>Развитие баскетбола в России</b>	Лекция	Познакомить с историей развития баскетбола в России	1
2.	2	<b>Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях</b>	Лекция	Соблюдать гигиенические требования и правила техники безопасности при проведении игр	1
3.		<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>			
	3	Единая спортивная классификация ОФП	разминка	Познакомить с единой спортивной классификацией	1
	4	Совершенствование техники передвижения при нападении.	Разминка, игра	Выявлять характерные ошибки при передвижении в нападении	1
	5	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Тренировочная игра	Выявлять различия в технике нападения и защиты	1
	6	Контрольные испытания.	Учебная игра.	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности	1
	7	Костно- мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.	Тренировочная игра	Познакомиться с особенностями костно-мышечной системы, ее строением. Осваивать универсальные умения техники передвижения приставными шагами	1

8	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	Разминка, игра	Выявлять характерные ошибки при нападении с мячом и без мяча	1
9	Индивидуальные действия при нападении.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при ведении мяча	1
10	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов.	Лекция, ОФП	Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, оценивать свое состояние при закаливании	1
11	Совершенствование техники передвижений.  Специальная физическая подготовка.	СФП, Учебная игра	Описывать технику ведения мяча	1
12	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Тренировочная игра	Описывать технику приема мяча	1
13	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении».	Лекция, Учебная игра	Описывать технику «заслон в движении»	1
14	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	Лекция, парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
15	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
16	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Лекция Учебная игра.	Описывать технику упражнений на развитие СФК	1

17	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов.	Лекция, ОФП	Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, а также комплексы рациона питания, оценивать свое состояние при закаливании	1
18	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол.	СФП	Выявлять характерные ошибки при передаче мяча	1

19	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Учебная игра	Выявлять характерные ошибки в условиях позиционного нападения	1
20	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	лекция	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности	1
21	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра	Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, осваивать судейскую практику	1
22	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).	Игра, СФП	Осваивать умения броска мяча над головой	1
23	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами.. Командные действия в нападении.	ОФП, парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
24	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	Лекция, игра	Осваивать универсальные умения при передаче мяча, бросках на площадке	1
25	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом.	ОФП, игра	Научиться выполнять команды во время игры, осваивать универсальные умения по ведению мяча с поворотом	1
26	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
27	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по выбору места для борьбы под щитом при блокировке	1
28	Противодействие взаимодействию двух	СФП	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1

		игроков – «заслону в движении».			
	29	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.. Бросок мяча в движении с одного шага.	Лекция, ОФП	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма и оказание первой помощи при НС	1
	30	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
4		<b>Основы техники и тактики игры</b>			
	31	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Лекция, Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча Моделировать технику базовых способов передач, бросков во время игры	1
	32	Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча.	ОФП, игра	Осваивать универсальные умения по технике передачи мяча	1
	33	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях.	Учебная игра.	Выявлять характерные ошибки при выполнении различных технических приемах	1
	34	Действия одного защитника против двух нападающих.	Лекция СФП	Осваивать универсальные умения в действии защитника против двух нападающих	1
	35	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	ОФП, тренировочная игра	Проявлять качества силы и координации при ведении мяча с изменением направления	1
	36	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	ОФП, игра	Осваивать универсальные умения по изучению защитных стоек и передвижений	1



37	Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий.	Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
38	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2.	Лекция Учебная игра.	Осваивать систему зонной защиты	1
39	Формы организации занятий в спортивной тренировке. Совершенствование техники броска мяча.	ОФП, игра	Познакомить с формами организации занятий в спортивной тренировке, осваивать универсальные умения по технике броска мяча	1
40	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
41	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.	Учебная игра.	Осваивать технику быстрого прорыва	1
42	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Матчевая встреча	Осваивать универсальные умения при ведении мяча с переводом на другую руку	1
43	Контрольные испытания.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по технике ведения мяча	1
44	Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности, выполняя команды инструктора, осваивать умения судейства	1
45	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	игра	Выявлять характерные ошибки при игре в нападении	1
46	Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра.	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности, выполняя команды инструктора, осваивать умения судейства	1
47	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	ОФП	Выявлять характерные ошибки при передаче мяча при отскоке	1

48	Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	СФП.	Осваивать универсальные умения при передаче мяча двумя руками с отскоком от пола	1	
49	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1	
50	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Лекция, Учебная игра.	Осваивать универсальные умения на развитие СФК	1	
51	Техническая подготовка юного спортсмена. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	ОФП	Осваивать технику приемов мяча различными способами	1	
52	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.	Учебная игра.	Осваивать технику приемов мяча различными способами	1	
53	Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1	
54	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	Учебная игра.	Осваивать технику овладения мячом	1	
55	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».	СФП	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при ведении мяча	1	
56	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1	

	57	Совершенствование техники броска мяча изученными способами.	Учебная игра.	Осваивать технику бросков мяча различными способами	1
	58	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Учебная игра.	Выявлять характерные ошибки при ловле, передаче, ведении мяча и бросков на площадке	1
<b>5</b>		<b>Контрольные игры и соревнования</b>			
	59	Характерные особенности периодов спортивной тренировки..	Учебная игра	Осваивать универсальные умения на тренировках, учитывая особенности периодов спортивной игры	1
	60	Совершенствование техники ведения мяча.	Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
	61	Учет в процессе спортивной тренировки.	ОФП.	Проверка знаний и умений перед игрой	1
	62	Правила игры и методика судейства.	Учебная игра.	Изучить правила игры и методику судейства	1
	63	Переключения от действий в нападении к действиям в защите.	СФП	Выявлять характерные ошибки при переключении от действий в нападении к действиям в защите	1
<b>6</b>		<b>Тестирование</b>			
	64	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Лекция	Познакомить с историей развития баскетбольного спорта	1
	65	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения действий в нападении и защите Проверка уровня технической и психологической подготовленности игрока	1
	66	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Тренировочная игра	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1

	67	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	68	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	69	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	70	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
		<b>Итого:</b>			70

### Учебно-тематический план 2 года обучения

№		Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	1	<b>Развитие баскетбола в России</b>	Лекция	Познакомить с историей развития баскетбола в России	1
2.	2	<b>Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях</b>	Лекция	Соблюдать гигиенические требования и правила техники безопасности при проведении игр	1
3.		<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>			
	3	Единая спортивная классификация ОФП	разминка	Познакомить с единой спортивной классификацией	1
	4	Совершенствование техники передвижения при нападении.	Разминка, игра	Выявлять характерные ошибки при передвижении в нападении	1
	5	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Тренировочная игра	Выявлять различия в технике нападения и защиты	1
	6	Контрольные испытания.	Учебная игра.	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности	1

7	Костно- мышечная система, ее строение, функции.  Техника передвижения приставными шагами.	Тренировочная игра	Познакомиться с особенностями костно-мышечной системы, ее строением. Осваивать универсальные умения техники передвижения приставными шагами	1
8	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	Разминка, игра	Выявлять характерные ошибки при нападении с мячом и без мяча	1
9	Индивидуальные действия при нападении.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при ведении мяча	1
10	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов.	Лекция, ОФП	Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, оценивать свое состояние при закаливании	1
11	Совершенствование техники передвижений.  Специальная физическая подготовка.	СФП, Учебная игра	Описывать технику ведения мяча	1
12	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Тренировочная игра	Описывать технику приема мяча	1
13	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении».	Лекция, Учебная игра	Описывать технику «заслон в движении»	1
14	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	Лекция, парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
15	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
16	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Лекция Учебная игра.	Описывать технику упражнений на развитие СФК	1
17	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов.	Лекция, ОФП	Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, а также	1

				комплексы рациона питания, оценивать свое состояние при закаливании	
18	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол.	СФП		Выявлять характерные ошибки при передаче мяча	1
19	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Учебная игра		Выявлять характерные ошибки в условиях позиционного нападения	1
20	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	лекция		Научиться взаимодействовать в игровой деятельности	1
21	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра		Отбирать и составлять комплексы расслабляющих упражнений, осваивать судейскую практику	1
22	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).	Игра, СФП		Осваивать умения броска мяча над головой	1
23	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами.. Командные действия в нападении.	ОФП, парная игра		Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
24	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	Лекция, игра		Осваивать универсальные умения при передаче мяча, бросках на площадке	1
25	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом.	ОФП, игра		Научиться выполнять команды во время игры, осваивать универсальные умения по ведению мяча с поворотом	1
26	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	Парная игра		Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1

	27	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по выбору места для борьбы под щитом при блокировке	1
	28	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».	СФП	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
	29	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.. Бросок мяча в движении с одного шага.	Лекция, ОФП	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма и оказание первой помощи при НС	1
	30	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
4		<b>Основы техники и тактики игры</b>			
	31	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».  Многократное выполнение технических приемов.	Лекция, Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча Моделировать технику базовых способов передач, бросков во время игры	1
	32	Общая характеристика спортивной тренировки.  Совершенствование техники передачи мяча.	ОФП, игра	Осваивать универсальные умения по технике передачи мяча	1
	33	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях.	Учебная игра.	Выявлять характерные ошибки при выполнении различных технических приемах	1
	34	Действия одного защитника против двух нападающих.	Лекция СФП	Осваивать универсальные умения в действии защитника против двух нападающих	1
	35	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	ОФП, тренировочная игра	Проявлять качества силы и координации при ведении мяча с изменением направления	1

36	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	ОФП, игра	Осваивать универсальные умения по изучению защитных стоек и передвижений	1
37	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
38	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2.	Лекция Учебная игра.	Осваивать систему зонной защиты	1
39	Формы организации занятий в спортивной тренировке. Совершенствование техники броска мяча.	ОФП, игра	Познакомить с формами организации занятий в спортивной тренировке, осваивать универсальные умения по технике броска мяча	1
40	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
41	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.	Учебная игра.	Осваивать технику быстрого прорыва	1
42	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Матчевая встреча	Осваивать универсальные умения при ведении мяча с переводом на другую руку	1
43	Контрольные испытания.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по технике ведения мяча	1
44	Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности, выполняя команды инструктора, осваивать умения судейства	1
45	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	игра	Выявлять характерные ошибки при игре в нападении	1
46	Инструкторская и судейская практика.	Учебная игра.	Научиться взаимодействовать в игровой деятельности, выполняя команды	1



				инструктора, осваивать умения судейства	
	47	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	ОФП	Выявлять характерные ошибки при передаче мяча при отскоке	1
	48	Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	СФП.	Осваивать универсальные умения при передаче мяча двумя руками с отскоком от пола	1
	49	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при ведении мяча	1
	50	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Лекция, Учебная игра.	Осваивать универсальные умения на развитие СФК	1
	51	Техническая подготовка юного спортсмена. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	ОФП	Осваивать технику приемов мяча различными способами	1
	52	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.	Учебная игра.	Осваивать технику приемов мяча различными способами	1
	53	Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
	54	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	Учебная игра.	Осваивать технику овладения мячом	1
	55	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».	СФП	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при ведении мяча	1
	56	Чередование изученных тактических действий	Парная, групповая игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию	1

		(индивидуальных, групповых, командных).		в парах и группах при ведении мяча	
	57	Совершенствование техники броска мяча изученными способами.	Учебная игра.	Осваивать технику бросков мяча различными способами	1
	58	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Учебная игра.	Выявлять характерные ошибки при ловле, передаче, ведении мяча и бросков на площадке	1
<b>5</b>		<b>Контрольные игры и соревнования</b>			
	59	Характерные особенности периодов спортивной тренировки..	Учебная игра	Осваивать универсальные умения на тренировках, учитывая особенности периодов спортивной игры	1
	60	Совершенствование техники ведения мяча.	Парная игра	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при ведении мяча	1
	61	Учет в процессе спортивной тренировки.	ОФП.	Проверка знаний и умений перед игрой	1
	62	Правила игры и методика судейства.	Учебная игра.	Изучить правила игры и методику судейства	1
	63	Переключения от действий в нападении к действиям в защите.	СФП	Выявлять характерные ошибки при переключении от действий в нападении к действиям в защите	1
<b>6</b>		<b>Тестирование</b>			
	64	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Лекция	Познакомить с историей развития баскетбольного спорта	1
	65	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения действий в нападении и защите Проверка уровня технической и психологической подготовленности игрока	1
	66	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Тренировочная игра	Осваивать универсальные умения при изучении	1

				техники ловли и передаче мяча	
	67	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	68	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	69	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
	70	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	Учебная игра.	Осваивать универсальные умения при изучении техники ловли и передаче мяча	1
		<b>Итого:</b>			70