

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВЕРХНЕПАШИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»
ЕНИСЕЙСКОГО РАЙОНА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

Рассмотрено
Педагогическим Советом
МБОУ Верхнепашинская СОШ № 2
Протокол № 9 от 30.05.2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Баскетбол»

Направленность программы:	Физкультурно-спортивная
Уровень программы:	стартовый
Возраст обучающихся:	9– 17 лет
Срок реализации программы:	1 год

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Ефремов Дмитрий Петрович

с. Верхнепашино, 2023 год

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Новизна. Данная программа составлена с учётом основных направлений развития системы дополнительного образования Красноярского края на 2023-2024 учебный год. В основе программы - формирование компетентностного образовательного результата «Командодействие» на предмете игры в баскетбол.

Актуальность. Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации школьников. Спорт, в частности на уроках в школе и во внеурочных формах занятий, включает учащихся во множество социальных отношений с учениками других классов и возрастов, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде.

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Отличительные особенности от подобных программ дополнительного образования, заключаются в следующем:

В основе программы - несколько базовых понятий (ИОПМ, ИОП, ИУП) и компетентностный образовательный результат «Командодействие», позволяющие выстроить систему педагогического сопровождения учащегося от образа желаемого будущего к конкретным образовательным шагам по его достижению (а не наоборот).

КОР «Командодействие» - это способность и стремление действовать сообща с участниками команды для достижения общей цели.

Алгоритм КОРа

1. Собрать рабочую команду под мероприятие.
2. Сообща установить рабочие правила команды.
3. Определить задачи и распределить обязанности в команде с учетом пожеланий и возможностей.
4. Согласованно с участниками команды решить задачи в рамках мероприятия.
5. Провести рефлексию действий команды и каждого участника.

Программа реализуется с использованием ресурсов физкультурно-спортивной сферы Енисейска и Енисейского района.

Педагогическая целесообразность. В процессе реализации данной программы предполагается:

- мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;
- помощь в осуществлении самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.
- Обучение взаимосвязанным и согласованным действиям в команде,

Баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации дополнительного образования учреждении. В осуществлении такой работы необходимо ориентироваться на единство всех форм системы физического воспитания школьников: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники. Большое место во всестороннем физическом развитии школьников занимают спортивные упражнения, подвижные игры с мячом.

В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их школьники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

К командным действиям относятся взаимодействия всех игроков команды для выполнения поставленной задачи в борьбе с противником.

Организируются командные действия с помощью различных систем. Поскольку организация командных действий происходит в защите и нападении, то команда должна владеть различными системами защиты и нападения. В командных способах ведения игры — системах — выражается организация деятельности команды, чему должны быть подчинены групповые и индивидуальные действия.

Системой игры называется совокупность, действий игроков, в которой обусловлены функции каждого игрока и соответственно этим функциям определена расстановка игроков на площадке.

Адресат программы. Возраст участников – 9-17 лет.

Требования к участникам программы. Набор детей в учебную группу производится на добровольной основе без предъявлений особых требований к подготовке, по заявлению родителей или законных представителей.

Количество участников в группе – 18 учащихся. Объединение в группу формируется по интересам учащихся. Это могут быть дети одного возраста, либо разных возрастных категорий.

Характеристика обучающихся – особые требования к участникам не требуются. К обучению допускаются в том числе дети, имеющие ограниченные возможности здоровья.

Срок реализации программы и объем учебных часов: продолжительность реализации программы – 1 учебный год.

Объем программы – 108 часа.

Форма обучения по программе - очная. В случае понижения температуры воздуха или эпидемиологической обстановки, при которых посещение школы не рекомендуется, обучение может осуществляться в заочной форме. Реализации программы может осуществляться с помощью дистанционных технологий, а также с использованием сетевой формы.

Режим занятий. Занятия проходят два раза в неделю: один раз в неделю по 1 занятию и один раз в неделю по два занятия, продолжительность одного занятия - 40 минут.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование способности и стремления действовать сообща с участниками команды для достижения общей цели на материале игры баскетбол у учащихся 9-17 лет.

Задачи:

- Формировать умение собрать рабочую команду под мероприятие и сообща устанавливать рабочие правила команды.
- Научить определять задачи и распределить обязанности в команде с учетом пожеланий и возможностей.
- Обучить согласованному решению задач с участниками команды, в рамках игры.
- Совершенствовать функциональные возможности организма;

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование	Количество часов	Формы
---	--------------	------------------	-------

п\п	темы	Теория	Практика	Всего	аттестации/ контроля
1	Теоретическая подготовка	4	-	4	Тест
2	Физическая подготовка	6	14	22	Сдача нормативов
4	Техническая подготовка	6	40	62	Зачет
5	Тактическая подготовка	6	32	48	Зачет
	Итого	22	86	108	

Содержание учебного плана программы

Теоретическая подготовка.

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка.

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка.

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.

- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.

4.15. Вырывание мяча.

4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.

2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.

3. Перехват мяча.

4. Борьба за мяч после отскока от щита.

5. Быстрый прорыв.

6. Командные действия в защите.

7. Командные действия в нападении.

8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребёнка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счёт включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учётом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения стартовой и итоговой аттестации
2023-2024	1 сентября	31 мая	36	72	108	1 раз в неделю 2 часа в день, 1 раз в неделю 1 час в день	Первая и последняя неделя

Календарно-тематическое планирование (приложение 1).

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы:

Спортивный зал, спортивная площадка с баскетбольным оборудованием:

- баскетбольные кольца;
- баскетбольные мячи ;
- стойки баскетбольные;
- скакалки;
- жгуты, экспандеры;
- фишки переносные;
- накидки;
- мячи теннисные.

Информационное обеспечение программы:

В процессе работы по программе используются информационно-методические материалы, имеющиеся в кабинете, в библиотеке:

- учебная, методическая литература, журналы;
- методические разработки и планы - конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям;
- развивающие и диагностические процедуры: тесты, игры, упражнения, соревнования.

Кадровое обеспечение:

Программу реализует педагог, имеющий профессиональное педагогическое образование, обладающий профессиональными знаниями в данной предметной области, знающий специфику дополнительного образования,

имеющий практические навыки в сфере организации продуктивной деятельности детей.

Интернет ресурс:

- infourok.ru
- nsportal.ru
- pedportal.net
- fizkultura-na5.ru

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Форма предъявления предметных продуктов –соревнования по баскетболу, показательные игры.

Форма мониторинга образовательных результатов – стартовый, итоговый/событийный мониторинг.

Описание событийного мониторинга образовательных результатов

1. Момент проведения: первая и последняя неделя реализации программы
 2. Состав участников: на первой неделе - педагог дополнительного образования, участники программы; на последней неделе – педагог дополнительного образования, участники программы, приглашённые эксперты.
 3. Место проведения: учебный кабинет.
 4. Продолжительность проведения: первая неделя реализации программы - 0,5 часов, последняя неделя реализации программы - 2 часа.
 5. Условия, обеспечивающие мониторинг способностей: задания, требующие соответствующих умений.
 6. Условия, обеспечивающие мониторинг стремления: добровольность участия в мониторинге, свобода выбора количества заданий.
 7. Форма фиксации результатов: общий протокол.
- КОР «Командодействие» - способность и стремление согласованно взаимодействовать с другими людьми при достижении цели совместной деятельности.

1. Название задания в любой форме.
Взаимодействие в команде, в зависимости от позиции.
2. Естественное событие-индикатор, которое легло в основу задания.
Я вижу и слышу, как человек распределяет обязанности в классе при подготовке к игре.
3. Искусственное событие-индикатор, которое конструируется для участников.
Я вижу и слышу, как участник на тренировке распределяют роли в команде.
4. Формулировка задания, которую получит участник:
Легенда: Соревнования, состав команды- 5человек.
Задание: распределить роли каждого игрока в команде, лично разобрать игроков противоположной команды для личной защиты.
5. Система оценки задания, включающая тип оценки (алгоритмическая или экспертная) и шкалу баллов.

Алгоритмическая оценка по трехбалльной шкале от 0 до 2.

6. Оцениваемый параметр и соответствие баллов различным значениям параметра.

0 баллов – команда не распределила роли игроков, игроки не знают своих позиций, нет взаимодействия в команде, в команде споры и разногласия.

1 балл – команда не сразу распределила роли каждого игрока, меняла в ходе игры, участник команды забывал об игроке, которого они опекают для защиты.

2 балла – команда распределила роли каждого игрока в силу своих физических возможностей, правильно разобрали игроков противоположной команды, действия в команде слаженны и согласованны.

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые образовательные инструменты:

Раздел	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	беседы	литература по теме	наглядные пособия	
2. Общая физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медболы.	контрольные нормативы по ОФП
3. Специальная физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия;	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи;	контрольные нормативы по СФП

	- тестирование		- медболы.	
4. Техническая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир. 	<ul style="list-style-type: none"> - литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> - баскетбольные мячи; - медболы; - резиновая лента 	<ul style="list-style-type: none"> - контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в судействе.
5. Тактическая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир. 	<ul style="list-style-type: none"> - литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> - баскетбольные мячи; - резиновая лента 	<ul style="list-style-type: none"> - контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра;
6. Контрольные испытания	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельные занятия; - тестирование; 	<ul style="list-style-type: none"> - карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> - скакалки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - перекладины; - мячи; - медболы 	<ul style="list-style-type: none"> - контрольные нормативы; - помощь в судействе.

Формы организации образовательного процесса: задания выполняются в парах, так же предусмотрены занятия в малых группах, командная.

Формы организации учебного занятия: выполнение элементов баскетбола: ведение мяча, передачи, броски в кольцо, командные взаимодействия. Учебная игра, выступление на соревнованиях по баскетболу в рамках ШСЛ, других соревнованиях по баскетболу, встреча с интересными людьми, мастер-класс.

Педагогические технологии:здоровьесберегающие технологии, игровые технологии

Алгоритм учебного занятия:

- подготовительный этап (приветствие, создание психологического настроя, активизация внимания, определение темы и цели занятия);
- основной этап (усвоение новых знаний и способов действий, применение пробных практических заданий; закрепление новых знаний-умений, способов действий и их применения, обобщение и систематизация знаний-умений; выявление качества и уровня овладения знаниями, самоконтроль, самокоррекция знаний-умений и способов действий);
- заключительный этап (анализ и оценка успешности достижения цели и задач, определение перспективы последующей работы; совместное подведение итогов занятия; рефлексия - самооценка учащимися своей работоспособности, психологического состояния, причин и способы устранения некачественной работы, результативности работы, содержания и полезности работы).

2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, рекомендуемый педагогу

- 1 Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2014.
- 2 Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2002.
- 3 Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.

Список литературы, рекомендуемый учащимся и родителям:

1. Физическая культура 1-4 класс Учебник по системе «Школа России», Москва, «Просвещение», 2014 год.ФГОС.
2. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. -М.: Просвещение, 1999.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Число/Месяц,		Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	Группа I	Группа II					
1.	4.09	4.09	практика	1	Инструктаж по ТБ. История развития баскетбола.	Спортивный зал	текущий
2.	6.09	6.09	практика	2	Техника передвижения приставными шагами.	Спортивный зал	текущий
3.	11.09	11.09	практика	1	Передача мяча двумя руками от груди.	Спортивный зал	текущий
4.	13.09	13.09	практика	2	Техника передвижения при нападении	Спортивный зал	текущий
5.	18.09	18.09	практика	1	Способы ловли мяча.	Спортивный зал	текущий
6.	20.09	20.09	практика	2	Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спортивный зал	текущий
7.	25.09	25.09	практика	1	Бросок мяча двумя руками от груди.	Спортивный зал	текущий
8.	27.09	27.09	практика	2	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Спортивный зал	текущий
9.	2.10	2.10	практика	1	Техника ведения мяча.	Спортивный зал	текущий
10.	4.10	4.10	практика	2	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спортивный зал	текущий
11.	9.10	9.10	практика	1	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Спортивный зал	текущий
12.	11.10	11.10	практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на	Спортивный зал	текущий

					площадке.		
13.	16.10	16.10	практика	1	Ловля двумя руками «низкого мяча».	Спортивный зал	текущий
14.	18.10	18.10	практика	2	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Спортивный зал	текущий
15.	23.10	23.10	практика	1	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
16.	25.10	25.10	практика	2	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	текущий
17.	30.10	30.10	практика	1	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Спортивный зал	текущий
18.	8.11	8.11	практика	2	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП	Спортивный зал	текущий
19.	13.11	13.11	практика	1	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	текущий
20.	15.11	15.11	практика	2	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спортивный зал	текущий
21.	20.11	20.11	практика	1	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Спортивный зал	текущий
22.	22.11	22.11	практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спортивный зал	текущий
23.	27.11	27.11	практика	1	Индивидуальные действия при нападении.	Спортивный зал	текущий
24.	29.11	29.11	практика	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	Спортивный зал	текущий
25.	4.12	4.12	практика	1	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спортивный зал	текущий
26.	6.12	6.12	практика	2	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Спортивный зал	текущий
27.	11.12	11.12	практика	1	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий

28.	13.12	13.12	практика	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спортивный зал	текущий
29.	18.12	18.12	практика	1	Методы спортивной тренировки. ОФП.	Спортивный зал	текущий
30.	20.12	20.12	практика	2	Совершенствование техники передачи мяча.	Спортивный зал	текущий
31.	25.12	25.12	практика	1	Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спортивный зал	текущий
32.	27.12	27.12	практика	2	Совершенствование техники передачи мяча.	Спортивный зал	текущий
33.	8.01	8.01	практика	1	Техническая подготовка юного спортсмена.	Спортивный зал	текущий
34.	10.01	10.01	практика	2	Тактика защиты.	Спортивный зал	текущий
35.	15.01	15.01	практика	1	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	Спортивный зал	текущий
36.	17.01	17.01	практика	2	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Спортивный зал	текущий
37.	22.01	22.01	практика	1	Действия одного защитника против двух нападающих.	Спортивный зал	текущий
38.	24.01	24.01	практика	2	Многочисленное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортивный зал	текущий
39.	29.01	29.01	практика	1	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	Спортивный зал	текущий
40.	31.01	31.01	практика	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спортивный зал	текущий
41.	5.02	5.02	практика	1	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Спортивный зал	текущий
42.	7.02	7.02	практика	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спортивный зал	текущий

43.	12.02	12.02	практика	1	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Спортивный зал	текущий
44.	14.02	14.02	практика	2	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	Спортивный зал	текущий
45.	19.02	19.02	практика	1	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
46.	21.02	21.02	практика	2	Защитные стойки. Защитные передвижения.	Спортивный зал	текущий
47.	26.02	26.02	практика	1	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спортивный зал	текущий
48.	28.02	28.02	практика	2	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	Спортивный зал	текущий
49.	4.03	4.03	практика	1	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Спортивный зал	
50.	6.03	6.03	практика	2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
51.	11.03	11.03	практика	1	Организация командных действий.	Спортивный зал	текущий
52.	13.03	13.03	практика	2	Бросок мяча одной рукой сверху.	Спортивный зал	текущий
53.	18.03	18.03	практика	1	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Спортивный зал	текущий
54.	20.03	20.03	практика	2	Контрольные испытания. СФП	Спортивный зал	текущий
55.	25.03	25.03	практика	1	ОФП. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
56.	27.03	27.03	практика	2	Контрольные испытания.	Спортивный зал	текущий

57.	1.04	1.04	практика	1	Индивидуальные действия при нападении с мячом. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
58.	3.04	3.04	практика	2	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спортивный зал	текущий
59.	8.04	8.04	практика	1	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». ОФП	Спортивный зал	текущий
60.	10.04	10.04	практика	2	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	Спортивный зал	текущий
61.	15.04	15.04	практика	1	ОФП. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
62.	17.04	17.04	практика	2	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	Спортивный зал	текущий
63.	22.04	22.04	практика	1	Промежуточная аттестация. Контрольные испытания.	Спортивный зал	текущий
64.	24.04	24.04	практика	2	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Спортивный зал	текущий тестирование
65.	6.05	6.05	практика	1	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	Спортивный зал	текущий
66.	8.05	8.05	практика	2	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спортивный зал	текущий
67.	13.05	13.05	практика	1	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Спортивный зал	текущий
68.	15.05	15.05	практика	2	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
69.	20.05	20.05	практика	1	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Спортивный зал	текущий
70.	22.05	22.05	практика	2	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	Спортивный зал	текущий
71.	27.05	27.05	практика	1	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спортивный зал	текущий
72.	29.05	29.05	практика	2	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Спортивный зал	текущий

Контрольные тесты (требования к учащимся).

№	Тесты	Оценка					
		«5»		«4»		«3»	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	10	11	10,5	11,5	11	12
		8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек).	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
		5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		7	7	6	6	5	5
		8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	19	18	18	17	17	16
		20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17
		22	20	20	19	19	19