

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №9 имени В.Н. Власовой»

ПРИНЯТО

На заседании педагогического  
совета

Протокол №1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ «СОШ №9»  
«СОШ №9»  
Т.А. Никитина  
Приказ №216/ОД от 30.08.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно- спортивной направленности  
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 10-18 лет

Уровень – базовый

Срок реализации: 1 год

Автор: В.В. Шостак,  
педагог дополнительного образования

г. Сокол  
Вологодская область  
2024–2025г.

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **I. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Баскетбол» составлена в соответствии следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (с последующими изменениями)

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.

- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3 (с изменениями).

- «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». Приказ Министерства просвещения РФ от 3 ноября 2019 г. № 467.

- «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).

- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержден приказом Министерства просвещения РФ № 629 от 27.07.2022 г.

- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г.» 09-3242

Ключевые аспекты программы учитывают цели и задачи образовательной программы.

**Целью** физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Баскетбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии баскетболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Баскетбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забрасывается большое количество очков, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

**Направленность программы**—физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы** состоит в том, что баскетбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в баскетболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

**Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 10-18 лет.**

Наполняемость группы 12-15 человек, группы могут быть разновозрастными.

**Форма занятий:** групповая, подгрупповая.

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 3 часа

**Форма обучения**—очно- заочная

**Уровень программы** – базовый.

### **Методы обучения:**

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

### **Ожидаемые результаты:**

- сформированность у обучающихся устойчивого интереса к баскетболу, развитию основных физических качеств;
- сформированность простейших навыков самоконтроля за физической нагрузкой;
- сформированность теоретических знаний о баскетболе, истории баскетбола, правилах техники безопасности при занятиях баскетболом;
- сформированность у обучающихся устойчивой потребности в систематических занятиях баскетболом.
- овладение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре, тактики игры, различных техник владения мячом, технических приемов;

### **Формы подведения итогов:**

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города, района и школы

## **II. Цели и задачи программы.**

**Общей целью программы** является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### **Задачи программы.**

- сформировать культуру движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- сформировать у обучающихся знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями, технике передвижений, остановок, поворотов и стоек, броске, ведении и передаче мяча, тактике игры;
- раскрыть индивидуальные психологические возможности детей, обеспечить их развитие в процессе коллективной деятельности;
- воспитать стремление у детей к физическому саморазвитию, поддержанию собственного здоровья и ведению здорового образа жизни.

### **III. Содержание программы.**

#### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№		Тема занятия	Количество часов всего	теория	практика
1.	1	Основы знаний по баскетболу	2	2	0
2.	1.1	Развитие баскетбола в России и за рубежом	2	2	0
3.	1.2	Терминология элементов баскетбола	4	2	2
4.	1.3	Строение и функции организма человека	4	2	2
5.	1.4	Профилактика травматизма при занятиях баскетболом	4	2	2
6.	2	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: Стойка игрока.	4	1	3
7.	2.1	Перемещения в стойке приставными шагами боком. Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.	6	2	4
8.	2.2	Ускорения, старты из различных положений.	4	1	3

9.	2.3	Комбинации освоенных элементов техники Передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	12	6	6
10.	2.4	Бег «змейкой», «восьмеркой» Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.	9	3	6
11.	3	Техника бросков и передач	6	3	3
12.	3.1	Бросок мяча после остановки	6	3	3
13.	3.2	Передача мяча	9	3	6
14.	3.3	Бросок в движении	9	3	6
15.	3.4	Передача, ловля мяча	9	3	6
16.	4	Техника ведения мяча: Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.	6	3	3
17.	4.1	Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой	3	0	3
18.	4.2	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.	3	0	3

19.	4.3	Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.	12	3	9
20.	4.4	Комбинации из основных элементов: ведение, бросок(пас),прием мяча,остановка,бросок в кольцо	12	3	9
21.	5	Техника защитных действий: Виды защиты	6	3	3
22.	5.1	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.	6	3	3
23.	5.2	Вырывание,отбивание,вбрасывание и выбивание мяча.	9	3	6
24.	5.3	Игра в защите–при разнообразных атаках	6	3	3
25.	5.4	Перехват мяча.	9	3	6
26.	6	Тактика и техникаи игры: Расстановка игроков на площадке.	9	3	6
27.	6.1	Тактика свободного нападения. Переход от обороны к атаке	9	3	6
28.	6.2	Нападения	9	3	6
29.	6.3	Игры и игровые задания	9	3	6
30.	6.4	Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).	6	3	3
31.	7	Соревнования, правила соревнований	9	3	6
32.	7.1	Основные правила соревнований по баскетболу.	12	6	6
33.	7.2	Судейство игр.	12	6	6
34.	7.3	Эстафеты с элементами баскетбола	21	6	15
35.	7.4	Итоговые игры	33	15	18
36.	8	Контрольные тесты.	15	3	12
		Итого:	306	116	190

## **I раздел. Основы знаний по баскетболу**

### **- Развитие баскетбола в России и за рубежом:**

История возникновения баскетбола берет свое начало в 1891 году, когда преподаватель по физкультуре колледжа Молодежной христианской

организации города Спрингфилд, штат Массачусетс, имя которому Джеймс Нейсмит, канадец по происхождению, решил разнообразить свои занятия, придумав этот вид спорта. Правила на тот момент были просты: игроки делятся на две команды, и кто больше забьет мячей в корзину противника (в то время играли баскетбольным мячом), тот и побеждает. Это способствовало повышению интереса к спорту у студентов, которые в то время занимались лишь гимнастическими упражнениями

Российский баскетбол сформировался на рубеже XIX– XX века. Начало командной игре в Российской империи положил петербуржец Георгий Дюперон. Первый официальный матч датирован 1906 годом, когда общество освоило правила новой для людей из России игры. В 1909 году было проведено официальное первенство. В том же году состоялся матч между сборной спортклуба «Маяк» и Всемирной ассоциацией христиан, где и придумали баскетбол.

**- Терминология элементов баскетбола:**

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

**- Строение и функции организма человека:**

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

**- Профилактика травматизма при занятиях баскетбола:**

Врачебный контроль при занятиях баскетболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям баскетболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

## **II раздел. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.**

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Стойка «тройной угрозы»
- Стойка готовности
- Стойка игрока, владеющего мячом
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

## **III раздел. Техника бросков и передач**

- Передачи двумя руками
- Передачи одной рукой
- Передача от пола, прямая передача
- Бросок одной рукой
- Бросок с остановкой
- Штрафной бросок

## **IV раздел. Техника ведения мяча.**

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без

сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.

- Комбинации основных элементов: ведение, бросок, передача

### **V раздел. Техника защитных действий.**

- Зонная защита.

- Персональная защита.

- Смешанная защита.

- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.

- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.

- Перехват мяча

### **VI раздел. Тактика и техника игры.**

- Расстановка игроков на площадке

- Тактика свободного нападения.

- Тактические действия линий обороны и атаки:

- а) индивидуальная тактика игрока;

- б) коллективные тактические действия;

- в) выбор места игрока;

- г) создание численного перевеса при атаке;

- д) отвлекающие действия игроков.

- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.

- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.

- Нападение в игровых заданиях 3:1,3:2,3:3,2:1 с атакой и без атаки ворот.

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.

- Игры и игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.

- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

## **VII раздел. Соревнования, правила соревнований.**

- Основные правила соревнований по баскетболу.
- Судейство игр.
- Эстафеты с элементами баскетбола

### ***Материально-техническое обеспечение:***

- Спортивный зал, спортивная площадка:
- Баскетбольные кольца-2шт;
- Баскетбольные мячи-10шт;
- скакалки-20 шт;
- мяч баскетбольный-2шт;
- фишки переносные-20шт.

### **Воспитательный компонент программы**

В ходе занятий воспитывать трудолюбие, потребности и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями. Происходит приобщение детей к здоровому образу жизни, стимулирование к участию в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях.

## **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Формы подведения итогов реализации программы.**

Основной формой подведения итогов реализации программы является прохождение специализированных тестов. Во время зачета каждый учащийся демонстрирует свои физические качества. Оценка результатов освоения материала определяется уровнем знаний, умений и навыков: высокий, средний, низкий уровень.

№	Тесты	Результат					
		Высокий		Средний		Низкий	
		М	Д	М	Д	М	Д
1.	Введение мяча с обводкой стоек (через3м) 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 бег3х10м с введением 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 введения 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.	Бросок мяча в стенку с 3ми 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

Формы проверки результативности образовательного процесса: зачет на знание теоретических вопросов; прохождение специализированных тестов.

Оценивание общефизической подготовки

Бег 30 м 6 х 5 м.

На расстоянии 5м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5м шесть раз. При

изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места.

Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

### **Физическое развитие и физическая подготовленность**

<b>№</b>	<b>Содержание требований(виды испытаний)</b>	<b>Количественный показатель</b>
1.	Бег 30м с высокого старта (с)	
2.	Бег 30 м (6 х5) (с)	
3.	Бег 92м с изменением направления (с)	
4.	Прыжок в длину с места (см)	
5.	Прыжок вверх с места толчком двух ног (см)	
6.	Прыжок вверх с разбега толчком двух ног(см)	
7.	Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы двумя руками (м): сидя стоя в прыжке с места	

## КАЛЕНДАРНО–ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

-Продолжительностьреализациипрограммысоставляет:306часов.

п/п	Дата	Темазанятия	Кол-во часов	Формазанятия	Местопроведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	Основы знанийпобаскетболу	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
2.	Сентябрь	РазвитиебаскетболавРоссииизарубежом	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
3.	Сентябрь	Терминологияэлементовбаскетбола	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
4.	Сентябрь	Терминологияэлементовбаскетбола	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
5.	Сентябрь	Строениеифункцииорганизмачеловека	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
6.	Сентябрь	Строениеифункцииорганизмачеловека	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
7.	Сентябрь	Профилактикатравматизмапризанятияхбаскетболом	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
8.	Сентябрь	Профилактикатравматизмапризанятияхбаскетболом	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
9.	Сентябрь	Техникапередвижений,остановок,поворотовистоек: Стойкаигрока.	1	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
10.	Сентября	Техникапередвижений,остановок,поворотовистоек: Стойкаигрока.	3	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
11.	Сентября	Перемещениявстойкеприставнымишагамибоксом. Перемещениявстойкеприставнымишагамиспинойвперед. (теория)	2	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
12.	Октябрь	Перемещениявстойкеприставнымишагамибоксом. Перемещениявстойкеприставнымишагамиспинойвперед. (практика)	4	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
13.	Октябрь	Ускорения,стартыизразличныхположений.	1	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
14.	Октябрь	Ускорения,стартыизразличныхположений.	3	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
15.	Октябрь	Комбинацииизосвоенныхэлементовтехникипередвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). (теория)	6	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
16.	Октябрь	Комбинацииизосвоенныхэлементовтехникипередвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). (практика)	6	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
17.	Октябрь	Бег«змейкой»,«восьмеркой» Бегсчередованиемпередвижениялицомиспинойвперед.	3	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
18.	Октябрь	Бег«змейкой»,«восьмеркой» Бегсчередованиемпередвижениялицомиспинойвперед.	6	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос
19.	Октябрь	Техникабросковипередач	3	очная/очно-заочная	Спортивныйзал	Опрос

20.	Октябрь Октябрь	Техника бросков в передачу	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
21.	Октябрь	Бросок после остановки	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
22.	Октябрь	Бросок после остановки	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
23.	Ноябрь	Передача мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
24.	Ноябрь	Передача мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
25.	Ноябрь	Передача мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
26.	Ноябрь	Броски в движении	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
27.	Ноябрь	Броски в движении	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
28.	Ноябрь	Броски в движении	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
29.	Ноябрь	Передача, ловля мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
30.	Ноябрь	Передача, ловля мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
31.	Ноябрь	Передача, ловля мяча	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
32.	Ноябрь	Техника ведения мяча: Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
33.	Ноябрь	Техника ведения мяча: Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
34.	Ноябрь	Техника ведения мяча: Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
35.	Ноябрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
36.	Декабрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
37.	Декабрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
38.	Декабрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
39.	Декабрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
40.	Декабрь	Комбинации из основных элементов: ведение, бросок, прием мяча, остановка, бросок в кольцо	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
41.	Декабрь	Комбинации из основных элементов: ведение, бросок, прием мяча, остановка, бросок в кольцо	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
42.	Декабрь	Комбинации из основных элементов: ведение, бросок, прием мяча,	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос

		остановка, бросок в кольцо				
43.	Декабрь	Комбинации из основных элементов: ведение, бросок, прием мяча, остановка, бросок в кольцо	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
44.	Декабрь	Техника защитных действий: Виды защиты	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
45.	Декабрь	Техника защитных действий: Виды защиты	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
46.	Декабрь	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
47.	Декабрь	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
48.	Декабрь	Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
49.	Декабрь	Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
50.	Январь	Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
51.	Январь	Игра в защите	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
52.	Январь	Игра в защите	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
53.	Январь	Перехват мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
54.	Январь	Перехват мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
55.	Январь	Перехват мяча.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
56.	Январь	Тактика и техника игры: Расстановка игроков на площадке.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
57.	Январь	Тактика и техника игры: Расстановка игроков на площадке.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
58.	Январь	Тактика и техника игры: Расстановка игроков на площадке.	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
59.	Январь	Тактика свободного нападения. Тактические действия линий обороны и атаки	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
60.	Январь	Тактика свободного нападения. Тактические действия линий обороны и атаки	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
61.	Январь	Тактика свободного нападения. Тактические действия линий обороны и атаки	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
62.	Февраль	Нападения	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
63.	Февраль	Нападения	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
64.	Февраль	Нападения	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
65.	Февраль	Игры и игровые задания	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
66.	Февраль	Игры и игровые задания	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
67.	Февраль	Игры и игровые задания	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос



99.	Май	Контрольные тесты (теория)	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
100.	Май	Контрольные тесты(практика)	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
101.	Май	Контрольные тесты(практика)	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
102.	Май	Контрольные тесты(практика)	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос
103.	Май	Контрольные тесты(практика)	3	очная/очно-заочная	Спортивный зал	Опрос

## Список литературы:

1. Андреев В.И. Факторы определяющие эффективность техники дистанционного броска в баскетболе Автореф.дис.....канд.пед.наук.- Омск,1988-21с.
2. Айропетянц Л.Р., Гадик М.А. Спортивные игры Ташкент : 2 Ибн.Син.1881.-90с.
3. Баскетбол. Броски по кольцу : Мастера советуют.//Физкультура в школе – 1990. - №7 –с.15-17.
4. Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры// Ю.М. Портнова.-М.:Физкультура и Спорт, 1988.
5. Баскетбол:Учебникдлявузовфизическойкультуры//Ю.М.Портнова.- М.:Физкультура и Спорт, 1997.-480с.
6. БеловС.Баскетбол.Броскипокольцу//Физкультуравшколе.-1990.- №6,7-с.17-18.
7. БондарьА.И.Учисьигратьвбаскетбол–Минск:Полынья,1986.– 111с.
8. Джон Р., Вуден. Современный баскетбол. - М.: Физкультура и спорт,1997.-58с.
9. Дьячков В.М. Современствования технического мастерства спортсменов. –М.: Физкультура испорт, 1972.-35с.
10. Зельдович Т.,КершинаС.Подготовканоныхбаскетболистов.–М.: Физкультура и спорт,1964.-48с.
11. ЗининаА.М.Детскийбаскетбол.-М.:Физкультураиспорт,1969.- 183с.
12. КудряшовВ.А.,МирошниковаР.В.Техническиеприемы игры в баскетбол. – Волгоград, 1984.-35с.
13. Кудряшов В.А., Рудакас В.И. Баскетбол в школе/ Учебное пособиедля учителей школ. Л.,Учпедлит, 1960.
14. Коузи Б., Пауэр Ф. Анализ и концепции в современномбаскетболе.– М.: Физкультура испорт, 1975.-120с. 18.