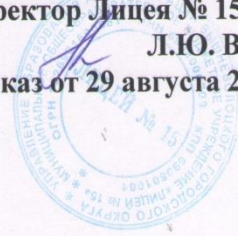


**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Лицей № 15»**

**«Утверждаю»
Директор Лицея № 15
Л.Ю. Вильгань
Приказ от 29 августа 2024 года
№ 134**



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая)
программа
«Баскетбол»**

**педагога дополнительного образования
В.М. Гришина**

**Вышневолоцкий городской округ
2024 год**

Пояснительная записка

Данная программа подготовлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта общего среднего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г. № 64100),

Главная задача занятий по баскетболу заключается в подготовке физически крепких, гармонически развитых физически и духовно занимающихся ребят. Основным условием выполнения этой задачи является целенаправленная подготовка юных баскетболистов.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2011 года № 329 – ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а так же дополнительных занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Общая характеристика программы

Содержание программы направлено на достижение результатов освоения основной образовательной программы общего среднего образования в части требований, заданных Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования к предметной области «Физическая культура». Программа ориентирована на сопровождение и поддержку курса физической культуры.

Баскетбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и 2 слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В предложенной программе представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта; упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. Общефизическая подготовка способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества. В разделе «специальной подготовки» представлен материал по баскетболу способствующий обучению техническим и тактическим приемам. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с обучающимися, показ изучаемых технических элементов, просмотр презентаций. Два раза в год должны проводиться контрольные испытания по общей и специальной подготовке. Теоретические и практические занятия, общеразвивающие и специальные упражнения. Значение баскетбола в общеобразовательной системе, общеразвивающих и специальных упражнений в системе общефизической подготовки.

Цель:

Целью программы является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать игру в баскетбол для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным и спортивным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение способам контроля за физической нагрузкой, показателями физического развития и физической подготовленности.
- -развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- -воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принципы программы:

Организация деятельности школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастную - половые и индивидуальные особенности детей;
- -принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач. -принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей. - принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

Место программы «Баскетбол» в учебном плане:

Общий объём учебного времени составляет 108 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 занятия. Продолжительность каждого занятия 45 минут.

Содержание программы

Содержание программы строится на основе:

- системно-деятельностного подхода;
- системного подхода к отбору содержания и последовательности изучения тем.

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. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
7. Правила судейства соревнований по баскетболу.
8. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.

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

2. **Специальная физическая подготовка.** Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. 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 на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача 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 отскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение 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.

4. Броски 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. Двумя руками снизу в движении. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. В прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

Защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите, в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Морально-волевая (психологическая) подготовка

Эффективность этой подготовки достигается посредством применения обширных средств и методов:

- беседы по теоретической подготовке;
- личный пример учителя, убеждение, поощрение, наказание;
- побуждение к деятельности, поручения, общественно-полезная работа;
- обсуждение всех вопросов в команде;
- проведение совместных занятий менее подготовленных баскетболистов с более подготовленными;
- участие в контрольных играх, игры с госидиканом, в соревнованиях с использованием установок на игру, разбор проведенных игр;
- соревновательный метод в процессе всех видов подготовки.

Формы проведения занятия и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: техникой, тактикой или физической.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре в баскетбол по правилам.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Планируемые образовательные результаты

Изучение программы «Баскетбол» на уровне основного общего образования направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

Личностные

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и

физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- гармоничное телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм.
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно;
- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

Метапредметные

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- *уметь высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, *уметь работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем *уметь* самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- *учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- *добывать новые знания: находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- *перерабатывать* полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

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.

К концу обучения обучающийся научится:

- Планировать и контролировать спортивную подготовку.
- Улучшит технико-тактическую подготовку.
- Улучшит психологическую подготовку.
- Сможет выполнять броски в корзину одной рукой: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту.
- Научится в нападающих действиях выполнить “наведение”.
- В командных нападающих действиях смогут выполнить “скрестный выход”.
- В защитных командных действиях смогут использовать “групповой отбор”.
- В защитных действиях сможет выполнить “проскальзывание”.
- В защитных командных действиях научится противодействовать “скрестному выходу”.
- Будет уметь заполнять протокол игры.
- Смогут оказать первую помощь при легких травмах.
- Научится ловить мяч одной рукой при встречном движении.

- Сможет передавать мяч одной рукой (сопровождающие).
- Будет передавать мяч одной рукой на большое расстояние (14-16 метров)
- Будет выполнять обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход.
- Сможет обводить соперника с изменением скорости.
- Научится перехватывать мячи при передаче его соперником.
- Умело сможет действовать в нападении при выходе двух нападающих против одного защитника(2х1).
- Умело сможет действовать в нападении при выходе трех нападающих против одного или двух защитников(3х1, 3х2).
- Умело в нападающих командных действиях сможет использовать систему “быстрого прорыва”.
- Умело в нападающих командных действиях сможет использовать “малую восьмерку”.
- Умело научится действовать в защите при выходе двух нападающих против одного защитника(1х2).
- Умело будут действовать в защите при выходе трех нападающих против одного защитника, или двух защитников(1х3, 2х3).
- Сможет перестраиваться в защите, чтобы противодействовать “быстрому прорыву” соперников.

Распределение занятий по четвертям.

Предмет	Количество часов в неделю	Количество часов по четвертям				Количество часов за год
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	
«Баскетбол»	3	24	24	36	24	108

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.
2. Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители (кассеты, диски и дискеты).

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:

1. Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич 6-е издание, Москва «Просвещение» 2019.

Учебники:

1. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич **Физическая культура 10 – 11 классы**, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2017.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся
1		Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.	1	Изучают терминологию и правила игры в баскетбол; Овладевают знаниями по гигиене, по технике безопасности во время занятий; Приобретают умение контролировать нагрузку во время занятий
2		История развития баскетбола.	1	Изучают историю баскетбола и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов
3		Прыжки с толчком с двух ног.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
4		Техника передвижения приставными шагами.	1	
5		Передача мяча двумя руками от груди.	1	
6		Техника передвижения при нападении	1	
7		Способы ловли мяча.	1	
8		Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и
9		Бросок мяча двумя руками	1	

		от груди.		действий, соблюдают правила безопасности
10		Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	1	Приобретают умение контролировать нагрузку во время занятий
11		Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
12		Техника ведения мяча.	1	
13		Ведение мяча с переводом на другую руку.	1	Овладевают умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности
14		Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	1	
15		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
16		Ловля двумя руками «низкого мяча».	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
17		Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1	
18		Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	1	Приобретают умение контролировать нагрузку во время занятий. Осознают значимость закаливания организма. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
19		Контрольные испытания.	1	
20		Командные действия в нападении.	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих
21		Ведение мяча с изменением	1	

		скорости передвижения.		в процессе игровой деятельности.
22		Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1	Осознают значимость правильного питания для здоровья спортсмена.
23		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.
24		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
25		Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП	1	Осознают важность врачебного контроля за состоянием здоровья спортсменов.
26		Командные действия в нападении.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.
27		Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	Осуществляют контроль своих действий.
28		Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	1	
29		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
30		Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	1	Приобретают опыт адекватного поведения в команде, умение поддерживать друг друга и анализировать собственные действия.
31		Индивидуальные действия при нападении.	1	Овладевают умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности
32		Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	1	

33		Бросок мяча одной рукой от плеча.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
34		Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	1	
35		Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	6	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
36		Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	6	Формируют умение взаимодействовать друг с другом.
37		Методы спортивной тренировки. ОФП.	1	Изучают методы спортивной тренировки.
38		Совершенствование техники передачи мяча.	6	Совершенствуют полученные ранее навыки и умения.
39		Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	6	Осуществляют контроль своих действий. Оценивают процесс и результат выполнения заданий.
40		Совершенствование техники передачи мяча.	6	Совершенствуют полученные ранее навыки и умения.
41		Техническая подготовка юного спортсмена.	1	Овладевают умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности
42		Тактика защиты.	6	
43		Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	1	
44		Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	6	Совершенствуют полученные ранее навыки и умения.
45		Действия одного защитника против двух нападающих.	6	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
46		Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	6	

47		Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	6	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
48		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
49		Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	6	Совершенствуют полученные ранее навыки и умения.
50		Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
51		Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	
52		Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	1	
53		Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	1	Овладевают умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
54		Защитные стойки.	1	
55		Защитные передвижения.	1	
56		Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	
57		Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
58		Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	6	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения
59		Ведение мяча с изменением	1	

		высоты отскока.		техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
60		Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
61		Организация командных действий.	1	
62		Бросок мяча одной рукой сверху.	2	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
63		Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	3	
64		Техника овладения мячом.	6	
65		Техника броска мяча одной рукой от плеча.	6	
66		Совершенствование техники ведения мяча.	6	Совершенствуют полученные ранее навыки и умения.
67		Контрольные испытания. ОФП	1	Оценивают процесс и результат выполнения заданий.
68		Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	6	Овладевают умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности
69		Учебная игра.	5	
70		Двусторонняя игра в баскетбол.	10	
Итого			108	