**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌Департамент общего образования Томской области‌‌**

**‌Управление образования Администрации Чаинского района‌​**

**МБОУ Гореловская ООШ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании педагогического совета  МБОУ "Гореловская ООШ"  приказ № 1 от «18» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  зам. директора по УВР  Гончарова Г.И.  справка № 1 от «18» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  директор школы  Вольхина Н.В.  приказ № 28/2- О от «18» августа 2023 г. |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Юный баскетболист»**

**с. Гореловка**

**2023/2024 год**

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. **Пояснительная записка**

Цель и задачи программы

Возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество детей в группе

Формы организации занятий

Ожидаемые результаты

**2.Учебный план**

**3. Методическая часть**

* Теоретическая подготовка
* Общая физическая подготовка
* Специальная физическая подготовка
* Техническая подготовка
* Тактическая подготовка
* Требования техники безопасности
* Условия реализации программы

**4. Система контроля**

* Контрольно-переводные нормативы по физической и технической подготовке (на конец учебного года)
* Содержание и методика контрольных испытаний

**5. Список литературы**

* Для педагога
* Для обучающихся

**6. Календарный учебный график**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

**Цели и задачи программы**

**Цель программы:** обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством игры в баскетбол. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. **Цель программы** – углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

**Основными задачами программы являются:**

* Укрепление здоровья;
* Содействие правильному физическому развитию;
* Приобретение необходимых теоретических знаний;
* Овладение основными приемами техники и тактики игры;
* Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
* Привитие ученикам организаторских навыков;
* Повышение специальной, физической, тактической подготовки;
* Подготовка обучающихся к соревнованиям по баскетболу

**Возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество детей в группе**

Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу разработана для спортивно-оздоровительного этапа подготовки для детей в возрасте от 11 до 15 лет. Срок её реализации – 1 годНа спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и знакомство обучающихся с основами выбранного вида спорта Тренировочные занятия данных спортивно-оздоровительных групп по баскетболу проводятся на базе МБОУ « Гореловская основная общеобразовательная школа. Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся данной сельской образовательной школы, имеющих разрешение врача и согласие родителей. Возраст обучающихся 11 – 15 лет. Такой разброс в возрасте обучающихся объясняется тем, что набор производится на базе только одной сельской образовательной школы.

Минимальная наполняемость учебной группы на спортивно - оздоровительном этапе подготовки – 15 человек.

Продолжительность тренировочных занятий в течение учебного года следующая:

занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 час.

**Формы организации занятий:**

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;

- групповые теоретические занятия;

- восстановительные мероприятия;

- участие в матчевых встречах;

- участие в соревнованиях;

- зачеты, тестирования.

**Ожидаемые результаты**

На конец учебного года основными показателями выполнения требований программы на спортивно-оздоровительном этапе являются:

* стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
* стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
* уровень освоения основ техники баскетбола;
* уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Преподаватель должен регулярно следить за успеваемостью своих воспитанников в общеобразовательной школе, поддерживать контакт с родителями, учителями-предметниками и классными руководителями.

**2.Учебный план секционных занятий по баскетболу**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Виды спортивной подготовки | 1-й год обучения  5-9 класс |
| 1. | **Теоретическая** | **2** |
| 2. | **Техническая** | **17** |
|  | 2.1 Имитация упражнений без мяча |  |
|  | 2.2 Ловля и передача мяча |  |
|  | 2.3.Ведение мяча |  |
|  | 2.4. Броски мяча |  |
| 3. | **Тактическая** | **5** |
|  | 3.1 Действия игрока в нападении |  |
|  | 3.2 Действия игрока в защите |  |
| 4. | **Физическая** | **4** |
|  | 4.1 Общая подготовка |  |
|  | 4.2 Специальная |  |
| 5. | **Участие в соревнованиях по баскетболу** | **5** |
| 6. | **Тестирование** | **1** |
| 7. | **Итого** | **34** |

**3.Методическая часть**

**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.

**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).

**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.

**Требования техники безопасности**

В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по спортивным играм, гимнастике, лёгкой атлетике, при проведении спортивных соревнований.

**Условия реализации программы**

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, ноутбук, видеоматериалы: исторические видеозаписи, записи последних соревнований, учебные фильмы, тематическая литература.

Материально техническое обеспечение: спортивный зал, спортивная площадка.

**Материально- техническое обеспечение**

1. Щиты с кольцами
2. Стойки для обводки
3. Гимнастическая стенка
4. Гимнастическая скамейка
5. Скакалки
6. Гимнастические маты
7. Мячи баскетбольные
8. Гантели различной массы
9. Насос ручной со штурцером.

**4. Система контроля**

Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом.

Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки.

Виды контроля:

* предварительный
* текущий
* итоговый

По окончании цикла подготовки обучающиеся должны выполнить нормативные требования физической подготовленности, а также принять участие в соревнованиях

**Содержание и методика контрольных испытаний**

**Контрольные нормативы по физической и технической**

**подготовке (на конец учебного года**

**11 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные нормативы | Уровень подготовленности  (мальчики) | | |
|
| высокий | средний | низкий |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | 5,2 | 5,6 | 6,3 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 210 | 180 | 145 |
| 3. | Поднимания туловища за 30 сек (кол. раз) | 30 | 22 | 11 |
| 4. | Бег 1000 м (мин.) | 3,45 | 4,20 | 5,30 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине | 11 | 6 | 1 |

**12 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные нормативы | Уровень подготовленности  (мальчики) | | |
|
| высокий | средний | низкий |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | 5,1 | 5,5 | 6,2 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 215 | 190 | 145 |
| 3. | Поднимания туловища за 30 сек (кол. раз) | 32 | 23 | 12 |
| 4. | Бег 1000 м (мин.) | 3,45 | 4,20 | 5,30 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине | 11 | 6 | 1 |

**13 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные нормативы | Уровень подготовленности  (мальчики) | | |
|
| высокий | средний | низкий |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | 5,0 | 5,4 | 5,9 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 225 | 204 | 158 |
| 3. | Поднимания туловища за 30 сек (кол. раз) | 35 | 26 | 13 |
| 4. | Бег 1000 м (мин.) | 3,35 | 4,05 | 5,10 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине | 13 | 8 | 1 |

**14 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные нормативы | Уровень подготовленности  (мальчики) | | |
|
| высокий | средний | низкий |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | 4,8 | 5,2 | 5,7 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 230 | 210 | 171 |
| 3. | Поднимания туловища за 30 сек (кол. раз) | 37 | 28 | 14 |
| 4. | Бег 1000 м (мин.) | 3,30 | 3,55 | 5,00 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине | 14 | 9 | 3 |

**15 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Контрольные нормативы | Уровень подготовленности  (мальчики) | | |
|
| высокий | средний | низкий |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | 4,7 | 5,1 | 5,6 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 235 | 215 | 176 |
| 3. | Поднимания туловища за 30 сек (кол. раз) | 38 | 29 | 15 |
| 4. | Бег 1000 м (мин.) | 3,25 | 3,50 | 4,52 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине | 15 | 10 | 4 |

**5.Список литературы**

**Литература для учителя**:

Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.

Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.

Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский спорт,2007.

Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка

Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.

Мини – баскетбол в школе. Ю.Ф. Буйлин

Воспитание физических качеств (метод пособие) 2004 год.

Методика физического воспитания обучающихся 10-11 классов 2005 год

**Интернет – ресурсы**

Сеть творческих учителей [www.it-n.ru](http://www.it-n.ru)

<http://www.bibliotekar.ru> библиотека

<http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета

<http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com> Сеть творческих учителей, [http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура)

Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.

<http://www.uchportal.ru> Учительский портал.

<http://ballplay.narod.ru> Персональный сайт

**Литература для обучающихся:**

Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! \_ М.:Просвещение.2004

Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011

Виленский М.Я.; Туревский И.М. ; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 201

Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование раздела программы | Тема  занятия | Дата проведения | | Кол-во  занятий | Тип  занятия | Вид деятельности | Требования  к уровню подготовленности  обучающихся | Вид контроля | Примечание |
| **План.** | **Факт.** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1 | теория | История баскетбола | 08.09.23 |  | 1 | Изучение  нового  материала | История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола  Инструктаж по ТБ.  Стойка игрока. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. | Знать историю баскетбола | текущий |  |
| 2 | Техническая подготовка | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 15.09.23 |  | 9 | Изучение нового материала | Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 3 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 22.09.23 |  |  | совершенствование | Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 4 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 29.09.23 |  |  | совершенствование | Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, Лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 5 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 06.10.23 |  |  | Изучение нового материала | Перемещение в стойке боком, Спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 6 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 13.10.23 |  |  | совершенствование | Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 7 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 20.10.23 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 8 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 27.10.23 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 9 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 03.11.23 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 10 |  | Техника передвижений,  ведения,  передач,  бросков | 10.11.23 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 11 | теория | Правила соревнований | 17.11.23 |  | 1 | Изучение нового материала | Правила игры в баскетбол  Учебная игра | Знать правила в мини-баскетбол | текущий |  |
| 12 | Тактическая подготовка | Тактика нападения | 24.11.23 |  | 5 | Изучение нового материала | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0)без смены мест Учебная игра | Уметь выполнять тактические действия | текущий |  |
| 13 |  | Тактика нападения | 01.12.23 |  |  | совершенствование | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0)без смены мест Учебная игра | Уметь выполнять тактические действия | текущий |  |
| 14 |  | Тактика нападения | 08.12.23 |  |  | Совершенствование | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0)без смены мест. Нападение через заслон Учебная игра | Уметь выполнять тактические действия | текущий |  |
| 15 |  | Тактика нападения | 15.12.23 |  |  | совершенствование | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0)без смены мест. Нападение через заслон Учебная игра | Уметь выполнять тактические действия | текущий |  |
| 16 |  | Тактика нападения | 22.12.23 |  |  | совершенствование | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0)без смены мест. Нападение через заслон Учебная игра | Уметь выполнять тактические действия | текущий |  |
| 17 | Тактическая подготовка | Участие в соревнованиях | 05.01.24 |  | 5 | игра | Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях | Уметь выполнять тактические действия в игре | текущий |  |
| 18 |  | Участие в соревнованиях | 12.01.24 |  |  | игра | Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях | Уметь выполнять тактические действия в игре | текущий |  |
| 19 |  | Участие в соревнованиях | 19.01.24 |  |  | игра | Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях | Уметь выполнять тактические действия в игре | текущий |  |
| 20 |  | Участие в соревнованиях | 26.01.24 |  |  | игра | Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях | Уметь выполнять тактические действия в игре | текущий |  |
| 21 |  | Участие в соревнованиях | 02.02.24 |  |  | игра | Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях | Уметь выполнять тактические действия в игре | текущий |  |
| 22 | ОФП | Развитие двигательных качеств | 09.02.24 |  | 4 | Изучение нового материала | Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м.  Учебная игра | Уметь выполнять беговые упражнения | текущий |  |
| 23 |  | Развитие двигательных качеств | 16.02.24 |  |  | совершенствование | Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра | Уметь выполнять беговые упражнения | текущий |  |
| 24 |  | Развитие двигательных качеств | 01.03.24 |  |  | совершенствование | Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра | Уметь выполнять беговые упражнения | текущий |  |
| 25 |  | Развитие двигательных качеств | 15.03.24 |  |  | совершенствование | Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40,60 м. кросс 1000 м. Учебная игра | Уметь выполнять беговые упражнения | текущий |  |
| 26 | Техническая подготовка | Техника передвижений ведения, передач, бросков | 22.03.24 |  | 9 | Изучение нового материала | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 27 |  | Техника передвижений ведения, передач, бросков | 29.03.24 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 28 |  | Техника передвижений ведения, передач, бросков | 05.04.24 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 29 |  | Техника передвижений ведения, передач, бросков | 12.04.24 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 30 |  | Техника передвижений ведения, передач, бросков | 19.04.24 |  |  | совершенствование | Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 31 |  | Передача мяча | 26.04.24 |  |  | Изучение нового материала | Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведение два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 32 |  | Передача мяча | 03.05.24 |  |  | совершенствование | Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведение два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 33 |  | Передача мяча | 10.05.24 |  |  | совершенствование | Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведение два шага. Учебная игра | Уметь выполнять технические приемы | текущий |  |
| 34 | тестирование | Развитие двигательных качеств | 24.05.24 |  | 2 | контрольный | Прием контрольных нормативов по ОФП  Учебная игра | Выполнять контрольные нормативы | итоговый |  |