

# Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение "Волотовская средняя школа"

Программа принята  
на педагогическом совете

Протокол № 1

от « 30 » 08 2023г.

Утверждена

Приказом  
№ от

2023г

Директор МАОУ «Волотовская средняя школа»

\_\_\_\_\_ Н.В.Петрова

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

### « БАСКЕТБОЛ »

Направленность: физкультурно-  
спортивная

*Школьного спортивного клуба «Олимп»*



**ВОЗРАСТ УЧАЩИХСЯ – 9-13 лет**  
**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1год**  
**КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ – 72 часа**

Автор – составитель:  
**Дмитриева Наталья**  
**Дмитриевна**  
педагог дополнительного  
образования

**п.Волот.**

## **Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку и реализацию дополнительных образовательных программ.**

### **Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).
4. «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей» (утверждена приказом Министерства просвещения РФ № 467 от 3 сентября 2019 года).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30 ноября 2016 г N 11).
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Устав МАОУ «Волотовская средняя школа»

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Общеобразовательная программа является модифицированной, составлена на основе: программы спортивной подготовки по баскетболу, разработанной на основании приказа от 24 октября 2012 г. № 325 Министерства спорта Российской Федерации «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

**Направленность программы:** спортивно-оздоровительная.

Актуальность и педагогическая целесообразность.

Баскетбол, как спортивная игра, в первую очередь привлекает своей яркой зрелищностью, наличием большого количества технико-тактических приёмов.

Обладая высокой динамичностью, эмоциональностью и в то же время

индивидуализмом и коллективизмом, баскетбол, по мнению многих в области спорта, является одним из самых эффективных факторов всестороннегo физического развития. Игра заключается в том, что игроки двух команд, передвигаются по площадке с мячом и без него и, преодолевая сопротивление соперника, стараются забросить мяч в корзину противника, одновременно не давая возможности завладеть им мячом и бросить его в свою корзину.

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия по баскетболу улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировки в пространстве. Развивается двигательная реакция на слуховые и зрительные сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. У обучающихся развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Пройдя курс обучения по данной общеобразовательной программе обучающиеся смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу от школьного до районного уровня.

**Адресат программы.** Возраст детей участвующих в реализации данной программы 9-13 лет с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья.

**Срок реализации программы «Баскетбол» - 1 год (базовый) - 72 часа.**

Наполняемость группы 15-20 человек.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 2 академических часа.

**Формы организации занятий:** индивидуальные, парные, групповые, командные.

**Формы проведения занятий:**

теоретические занятия - рассказ, беседа, объяснение;

тренировочные занятия - отработка методики оценки обстановки и принятия адекватного решения на игровую ситуацию, отработка технических приёмов и навыки взаимодействия игроков в нападении и защите;

тестирование - оценивать уровень достижений обучающихся, занимающихся баскетболом, увидеть недостатки в их подготовке и вносить соответствующие коррективы в планировании учебно-тренировочного процесса;

соревнования школьного и районного уровня, товарищеские встречи .- повышение мастерства игры в баскетбол, воспитание уверенности в своих действиях на игровой площадке, обмен опытом;

просмотры видеороликов с идеальной техникой владения мяча выдающихся современных баскетболистов и соревнованиями ведущих команд по баскетболу страны и зарубежья;

самостоятельная работа - работа с печатными изданиями, интернет-ресурсами, самостоятельное изучение и отработка технических приёмов, организация игры в каникулярное время (с детьми на летней площадке).

**Цели и задачи.** Обучение игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие развитию физических возможностей обучающихся средствами баскетбола. Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

ознакомить с правилами и игрой в баскетбол;

-научить техническим и тактическим действиям игры в баскетбол;

содействовать развитию основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

воспитать потребность в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями и ведением ЗОЖ;

воспитать коммуникативные навыки.

## **МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяются и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, рекомендуется применять различные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует рассказ, объяснение, замечание, команды, указания.

**Наглядные методы:** применяются в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

**Практические методы:** метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, когда у учащихся образуются некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

## **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с обучающимися. В процессе обучения систематически ведется учет подготовленности путем:

- опроса обучающихся по пройденному материалу;

Наблюдения за обучающимися во время тренировочных игр и соревнований;  
контроля соблюдения техники безопасности;  
привлечения обучающихся к судейству соревнований школьного уровня;  
выполнение контрольных упражнений (тестирование уровня физической подготовленности, технической подготовленности);  
результаты соревнований.

## **МЕТОДЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ:**

### **педагогическое наблюдение;**

объективная и экспертная (субъективная) оценка результатов обучения и соревнований;

беседы, опрос, проверка, зачет, изучение поведения занимающихся в быту, в учебе;

*метод педагогического наблюдения* используется в процессе занятий и соревнований. В поле зрения учителя - поведение обучающихся, активность, эмоциональное состояние, дисциплина выполнения ими упражнений и заданий, а также то, как они переносят тренировочные и соревновательные нагрузки.

*метод объективной оценки* применяется для оценки качественных сдвигов у занимающихся. Он осуществляется с помощью системы контрольных упражнений по видам подготовки и системы контрольных заданий по технико- тактическим показателям в соревнованиях.

Процесс занятий в секции «Баскетбола» опирается на некоторые общие положения – принципы. К основным принципам обучения относятся: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации, принцип постепенности, принцип систематичности и последовательности.

- *принцип сознательности и активности при обучении* навыкам игры в баскетбол подразумевает:

Осмысление и понимание занимающимися сущности и сложной структуры изучаемого технического приема и тактического действия;

самоанализ качества решения двигательной задачи с последующей корректировкой своих действий при их повторном произведении;

*принцип наглядности* предполагает создание у обучающихся четкого представления об изучаемом материале на различных этапах его освоения. Кроме традиционного объяснения и показа упражнений, учитель пользуется видеороликами с идеальной техникой современных баскетболистов, видеосъемками соревнований и плакатами.

*принцип доступности и индивидуализации* основывается на предварительной оценке уровня подготовленности и индивидуальных возможностей обучающихся.

Подбор и конструирование тренировочных и игровых упражнений, требующих взаимодействия занимающихся в пространстве и времени, также должны базироваться на учете достигнутого уровня развития физического, технического и тактического потенциала.

*принцип постепенности* органически связан с предыдущим принципом и формируется в виде методологического правила *от простого - к сложному, от легкого – к трудному*.

*принцип систематичности и последовательности* требует четкого планирования и регулярности в обучении. Все перечисленные принципы обучения тесно переплетаются в практической деятельности.

В общеобразовательной программе используются здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникативные, игровые технологии, технологии сотрудничества, технологии уровневой дифференциации, групповые.

*информационно-коммуникативные технологии* – умение получать информацию из разных источников, пользоваться ею и создавать самостоятельно, просмотр и анализ собственных игр (снятых на видео): где проходит разбор технико-тактической подготовки команды, а также действия игрока в той или иной игровой ситуации; видеоролики с показом идеальной техники владения мячом ведущих современных спортсменов-баскетболистов; использование компьютера компенсирует недостаток наглядных пособий для занятий баскетболом.

*здоровьесберегающие технологии* - соблюдение санитарно- гигиенических норм (световой режим, чистота, тепловой режим, правила техники безопасности), построение занятий с учётом индивидуальных особенностей занимающихся, смена видов деятельности, соблюдение нагрузки и отдыха обучающихся, создание благоприятного психологического климата, создание ситуации успеха, профилактика стрессовых состояний.

*технологии сотрудничества* - предполагает создание на занятии комфортных условий для детей и учителя. Базируется на индивидуальном подходе, систематическом самоанализе своих достижений и поиска путей для самокоррекции.

*технологии уровневой дифференциации* – проведение занятий с учётом уровня состояния здоровья (подготовительная, основная группа), по гендерному признаку, физического развития и физической подготовленности.

*игровые технологии* – способствуют развитию познавательной активности обучающихся, повышению мотивации к систематическим занятиям баскетболом, созданием командного духа в коллективе, повышение благоприятного эмоционального фона занятий, преодоления скованности и боязни у обучающихся в принятии решения в игровых ситуациях (эстафеты, подвижные игры, товарищеские встречи, соревнования).

*групповые технологии* – отработка определённых схем взаимодействия в группах.

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ**

Учебно-методическое обеспечение:

методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Минобрнауки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 г;

рабочей программы А.П. Матвеева «Физическая культура», предметная линия учебников А.П. Матвеева, 5-9 классы, Москва, Просвещение 2012 г.;

внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол», В.С. Кузнецов, Г.А., Колодницкий, Просвещение, 2013 г.;

библиотека «Первое сентября», серия «Спорт в школе». В.Б. Семёнов «Секция баскетбола в школе». № 34, Москва, 2010 г.;

пособие А.И. Каинова «Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации»: Волгоград. Учитель – 2013 в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта среднего полного образования, М.: «Дрофа» - 2004.

научно-методические журналы «Физическая культура в школе»;

пособие для учителей общеобразовательных организаций. Тестовый контроль «Физическая культура», Москва, Просвещение, 2014 г.

официальные Правила Баскетбола 2018, утверждены Центральным Бюро ФИБА Мис, Швейцария, 16 июня 2018 г.

официальные правила игры в стритбол - ФИВА 3x3 2018г.

Информационное обеспечение (интернет-ресурсы):

видеоролики;  
РФБ (российская федерация баскетбола) <https://russiabasket.ru/>;  
баскетбольные тренировки от «А» до «Я2. Игрокам и тренерам.<https://basketball-training.org.ua>;  
учительский портал <http://www.uchportal.ru>;  
школьная баскетбольная лига <http://www.kes-basket.ru/>  
открытый класс.Сетевые образовательные сообщества<http://www.openclass.ru/>  
Технические средства обучения:  
мегафон;  
мультимедийный компьютер;  
мультимедиапроектор;  
экран;  
Учебно-практическое оборудование:  
баскетбольные щиты с кольцами - 3 шт;  
баскетбольные мячи - 15 шт;  
волейбольные мячи - 6 шт;  
набивные мячи 1 кг, 3 кг, 5 кг.  
стойки для обводки - 2 шт;  
конусы - 4 шт;  
гимнастические маты 4;  
гимнастические скакалки - 10;  
гимнастическая стенка – 6 пролетов;  
гимнастические скамейки – 4 шт.;  
гимнастический трамплин – 1 шт.;  
секундомер - 1 шт;  
рулетка - 1 шт;  
насос ручной со штуцером – 2 шт.  
Спортивные залы (кабинеты):  
спортивный зал школы с баскетбольной разметкой;  
кабинет учителя.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний, общая и специальная физическая подготовка, техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка», даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение	2	2	-
2	ОФП	6	-	6
3	Техническая подготовка	29	3	26
	Основные сведения о технике игры. Средства и методы технической подготовки		3	-
	Стойки баскетболиста		-	1
	Перемещение по площадке		-	1
	Остановки		-	2
	Ведение мяча		-	4
	Ловля мяча		-	6
	Передачи мяча		-	6
	Броски мяча		-	6
4	Тактическая подготовка	35	4	31
	Групповые действия в нападении		1	6
	Командные действия в нападении		1	8
	Групповые действия в защите		1	8
	Командные действия в защите		1	9
Итого		<b>72</b>	<b>9</b>	<b>63</b>
Соревнования вне сетки часов				

## Введение

Теория. Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях. Правила в баскетболе. Роль физической культуры в воспитании молодёжи. ОФП (Общая физическая подготовка).

Причины травматизма.

*Практика.* Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Круговая тренировка. Эстафеты: «Эстафеты с ведением и броском в корзину», «Бег пингвинов», «Наперегонки с мячом», «Эстафета с передачей мяча», «Передал -садись».

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Рывок за мячом», «Баскетбол с надувным мячом», «Пятнашки», «Мини-баскетбол», «10 передач», «Мяч в центре».

Техническая подготовка

*Теория.* Основные сведения о технике игры. Средства и методы технической подготовки.

*Практика.* Стойки баскетболиста. Перемещения по площадке. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Ловля высоко летящего мяча в прыжке двумя руками. Ловля мяча двумя руками после его отскока от щита. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Передача мяча от груди с отскоком от площадки. Ведение мяча правой, левой рукой. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении. Бросок в корзину одной рукой после ведения. Броски мяча в корзину в движении

после двух шагов. Бросок одной рукой от плеча в движении после ловли. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок.

Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам

Тактическая подготовка

*Групповые и командные действия в нападении.*

*Теория.* Групповые и командные действия в нападении. Позиционное нападение.

*Практика.* Два нападающих против одного защитника. Два нападающих против двух защитников. Взаимодействие двух игроков через заслон. Три нападающих против двух защитников. Действия трёх нападающих против двух защитников с заслоном. Стритбол, Учебная игра по упрощённым правилам. Учебная игра 3х3,4х4,5х5.

*Групповые и командные действия в защите.*

*Теория.* Групповое тактическое действие. Зонная защита. Переключение.

Подстраховка.

*Практика.* Личный прессинг. Взаимодействия двух игроков защиты.

Взаимодействия трех игроков защиты. Действия защитника у своего щита против игрока без мяча. Действие защитника против игрока с мячом. Взаимодействия при борьбе за отскок мяча от щита. Групповой отбор мяча. Действия при численном неравенстве защитников.

**Планируемые результаты** освоения обучающимися общеобразовательной программы оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

воспитание морально-этических и волевых качеств;

дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

определять наиболее эффективные способы достижения результата;

умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;

организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, водворе, в оздоровительном лагере;

Предметные результаты:

знать о физических качествах и правилах их тестирования;

выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

владеть тактико-техническими приемами баскетбола;

соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;

владеть основами судейства игры в баскетбол.

играть в баскетбол с соблюдением основных правил.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.  
Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №7, 8 - 2009г, № 2,3,6 – 2010 г, №2,6 – 2011 г, №2 – 2012 г.  
«Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.  
Рабочая программа А.П. Матвеева «Физическая культура», предметная линия учебников А.П. Матвеева, 5 – 9 классы, Москва, Просвещение 2012г.,  
В.И. Лях. Физическая культура.5 – 9 класс. Тестовый контроль, Просвещение, Москва, 2014 г.  
Правила баскетбола. <http://basketball-training>  
Правила Уличного баскетбола. <http://basketball.perm.ru>  
Обучение игры баскетбол в школе. <http://festival.1september.ru>  
Физическая подготовка баскетболистов.

**Календарный учебный график  
Дополнительная общеразвивающая программа «БАСКЕТБОЛ»  
(стартовый уровень)**

№	Месяц	Число	Время проведения занятия.	Форма занятия.	Кол-во часов	Тема занятия.	Место проведения.	Форма контроля.
1	Сентябрь			Беседа, лекция.	2	Теория. Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях. Правила в баскетболе. Роль физической культуры в воспитании молодежи.		Наблюдение, опрос.
2	Сентябрь			Практическое занятие	2	Причины травматизма. Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). «Эстафета с передачей мяча», «Передал - садись».		Викторина, опрос.
3	Сентябрь			Практическое занятие	2	Круговая тренировка. Эстафеты: «Эстафеты с ведением и броском в корзину», «Бег пингвинов», «Наперегонки с мячом»,		Готовое изделие, опрос.
4	Сентябрь			Практическое занятие, тренинг	2	Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Рывок за мячом», «Баскетбол с надувным мячом», «Пятнашки», «Мини-баскетбол», «10 передач», «Мяч в центре».		Готовое изделие, опрос.

5	Октябрь			Практическое занятие, тренинг	2	Основные сведения о технике игры. Средства и методы технической подготовки.	Педагогическое наблюдение.
6	Октябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Основные сведения о технике игры. Средства и методы технической подготовки. Основные сведения о технике игры.	Готовое изделие, опрос.
7	Октябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Средства и методы технической подготовки. Стойки баскетболиста.	Готовое изделие, опрос.
8	Октябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Перемещение по площадке	Готовое изделие, опрос.
9	Ноябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Остановка прыжком. Остановка в два шага.	Готовое изделие, опрос.
10	Ноябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Ловля и передача мяча.	Готовое изделие, опрос.
11	Ноябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Ловля высоколетящего мяча в прыжке двумя руками.	Готовое изделие, опрос.
12	Ноябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Ловля мяча двумя руками после его отскока от щита.	Готовое изделие, опрос.
13	Ноябрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Готовое изделие, опрос.

14	Декабрь			Практическое занятие. Беседа.	2	Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Готовое изделие, опрос.
15	Декабрь			Беседа, практическое занятие, тренинг.	2	Передача мяча от груди с отскоком от площадки.	Готовое изделие, опрос.
16	Декабрь			Практическое занятие, тренинг.	2	Ведение мяча правой, левой рукой.	Готовое изделие, опрос.
17	Декабрь			Практическое занятие. Беседа..	2	Ведение мяча с изменением направления.	Готовое изделие, опрос.
18	Январь			Практическое занятие, тренинг.	2	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Готовое изделие, опрос.
19	Январь			Практическое занятие. Беседа.	2	Бросок мяча одной рукой с места.	Готовое изделие, опрос.
20	Январь			Практическое занятие. Беседа.	2	Броски мяча в корзину в движении.	Готовое изделие, опрос.
21	Январь			Практическое занятие. Беседа.	2	Бросок в корзину одной рукой после ведения.	Готовое изделие, опрос.
22	Февраль			Практическое занятие. Беседа.	2	Броски мяча в корзину в движении после двух шагов.	Готовое изделие, опрос.

23	Февраль			Практическое занятие. Беседа.	2	Бросок одной рукой от плеча в движении после ловли.	Готовое изделие, опрос.
24	Февраль			Практическое занятие. Беседа.	2	Сочетание пройденных элементов.	Готовое изделие, опрос.
25	Февраль			Практическое занятие. Беседа. .	2	Бросок по кольцу после ведения и остановки.	Готовое изделие, опрос.
26	Март			Лекция. Практическое занятие.	2	Штрафной бросок.	Готовое изделие, опрос.
27	Март			Практическое занятие. Беседа.	2	Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам	Готовое изделие, опрос.
28	Март			Практическое занятие. Беседа.	2	Групповые и командные действия в нападении. Позиционно нападение. Два нападающих против одного защитника.	Готовое изделие, опрос.
29	Март			Практическое занятие. Беседа.	2	Два нападающих против двух защитников. Взаимодействие двух игроков через заслон. Стритбол, Учебная игра по упрощённым правилам. Учебная игра 3x3, 4x4, 5x5.	Готовое изделие, опрос.
30	Апрель			Практическое занятие. Беседа.	2	Три нападающих против двух защитников.	Готовое изделие, опрос.
31	Апрель			Практическое занятие. Беседа.	2	Действия трёх нападающих против двух защитников с заслоном.	Готовое изделие, опрос.

32	Апрель	18		Практическое занятие. Беседа.	2	Стритбол, Учебная игра по упрощённым правилам.	Готовое изделие, опрос.
33	Апрель	25		Практическое занятие. Беседа.	2	Учебная игра 3х3, 4х4, 5х5.	Готовое изделие, опрос.
34	Май	16		Практическое занятие. Беседа.	2	Групповое тактическое действие. Зонная защита. Переключение. Подстраховка. Взаимодействия трех игроков защиты. Действия защитника у своего щита против игрока без мяча.	Готовое изделие, опрос.
35	Май	23		Творческая мастерская.	2	Личный прессинг. Взаимодействия двух игроков защиты. Действие защитника против игрока с мячом. Взаимодействия при борьбе за отскок мяча от щита.	Викторина
36	Май	30			2	Групповой отбор мяча. Действия при численном неравенстве защитников. Итоговое занятие.	
					72		