



**Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
Дом детского творчества Октябрьского района**

Рабочая программа «Баскетбол»  
рассмотрена и рекомендована к реализации  
решением Экспертного совета  
МАУ ДО ДДТ Октябрьского района,  
Протокол № 1 от 30 августа 2017 г.

**СОГЛАСОВАНО:**  
Заместитель директора  
по учебно-воспитательной работе  
МАУ ДО ДДТ Октябрьского района  
Белых О.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Баскетбол**  
(к дополнительной общеразвивающей программе  
«Баскетбол»  
физкультурно-спортивной направленности  
для обучающихся 7-18 лет)

Срок реализации – 2017-2018 учебный год  
Педагог дополнительного образования: **Виноградова Н.Н.**

г. Екатеринбург, 2017

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Баскетбол» разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол», которая ставит своей целью *содействие гармоничному, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья обучающихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями; подготовку общественного актива организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов и судей)*, адресована обучающимся 7-18 лет и рассчитана на 8 лет обучения.

В 2017-2018 учебном году по программе обучаются дети:

- 8-10 лет, 2-й год обучения, общий объем часов - 152;
- 12-14 лет, 6-й год обучения, общий объем часов - 152.

### **2-й год обучения**

**Цель 2-го года обучения** – формирование устойчивого интереса к спортивным занятиям.

#### **Задачи:**

- развить физические качества и способности, характерные для игровых видов спорта;
- развить быстроту, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений;
- развить волевые качества игрока;
- сформировать навык работы в команде;
- приобщить к ценностям здорового образа жизни.

Количество групп 2-го года обучения - 2

Количество обучающихся в группе –15 человек.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

В соответствии с программой каждое занятие состоит из теоретической

части (4 часа в год) и практической (148 часа в год) части.

Формы организации процесса обучения – занятия, включающие в себя теоретическое объяснение материала (беседа, объяснение, демонстрация) и его практическую отработку; тренировочные занятия, учебные игры, экскурсии, соревнования.

### **Планируемые результаты освоения курса 2-го года обучения:**

#### *Личностные:*

- умение отстаивать свое мнение и с уважением относиться к мнению товарищей;
- принятие норм здорового образа жизни, позитивного общения друг с другом;
- сформированность таких качеств как дисциплинированность и активность;

#### *Метапредметные:*

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- умение понимать причины успеха или неуспеха, самостоятельно работать над достижением положительного результата; владение основами самооценки;
- умение планировать свое свободное время;

#### *Предметные:*

- выполнение элементарных и более сложных тренировочных упражнений с мячом;
- умение грамотно распределять физические нагрузки; знание основных приемов профилактики специфического травматизма;
- повышение физических показателей и адаптивных возможностей организма;
- улучшение координации движений, быстроты реакции и ловкости.

Текущая аттестация проходит в период с 18.12.2017 по 24.12.2017.

Промежуточная аттестация проходит в период с 21.05.2018 по 27.05.2018.

Аттестация обучающихся по программе осуществляется в форме практических занятий – контрольных игр и соревнований.

**Цель 6-го года обучения** – формирование команды.

**Задачи:**

- развить физические качества и способности, характерные для игры в баскетбол;
- развить быстроту, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений;
- развить волевые качества игрока;
- сформировать навык работы в команде;
- приобщить к ценностям здорового образа жизни.

Количество групп 6-го года обучения – 2.

Количество обучающихся в группе – 15 человек.

В связи с особенностями физической подготовленности контингента количество теоретических часов уменьшилось до 5, практических - до 147. Общее количество часов на группу 152.

Формы организации процесса обучения – занятия, включающие в себя теоретическое объяснение материала (беседа, объяснение, демонстрация) и его практическую отработку; тренировочные занятия, учебные игры, экскурсии, соревнования.

**Планируемые результаты:**

*Личностные:*

- умение отстаивать свое мнение и с уважением относиться к мнению товарищей;
- умение работать в команде;

- понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- принятие норм здорового образа жизни, позитивного общения друг с другом;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- сформированность таких качеств как дисциплинированность и активность.

*Метапредметные:*

- умение понимать причины успеха или неуспеха, самостоятельно работать над достижением положительного результата; владение основами самооценки;
- умение планировать свое свободное время.

*Предметные:*

- владение основными понятиями и правилами игры в баскетбол;
- выполнение элементарных и более сложных тренировочных упражнений с мячом;
- понимание необходимости грамотно распределять физические нагрузки; знание основных приемов профилактики специфического травматизма;
- повышение физических показателей и адаптивных возможностей организма; улучшение координации движений, быстроты реакции и ловкости.

Текущая аттестация проходит в период с 18.12.2017 по 24.12.2017.

Промежуточная аттестация проходит в период с 21.05.2018 по 27.05.2018.

Аттестация обучающихся по программе осуществляется в форме практических занятий – контрольных игр и соревнований.

**Календарно-тематический план  
Группы № 1, 2  
2-го года обучения**

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием,  
утвержденным директором.

№	Дата/неделя	Название темы Содержание тем	Форма занятий	Кол-во часов	Форма/ методы контроля
1.	1.09.- 3.09 2017	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ Беседа о спортивных играх «волейбол», «футбол», «баскетбол»	Лекция	2	Групповая/ Опрос
2.		<b>Отличие спортивных игр от подвижных. Личная гигиена и правила самоконтроля</b> Правила оказания первой помощи.  Подвижные игры со спортивным инвентарем	Лекция	2	Групповая/ Опрос
3.	4.09-10.09 2017	<b>Общая физическая подготовка Личная гигиена и правила самоконтроля</b> <b>ОФП</b> Профилактика травм при спортивных и подвижных играх.	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
4.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировки по общей и специальной физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
5.	11.09.17.09 2017	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
6.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке,	2	Групповая /Наблюдение

			соревновательные игры и эстафет		
7.	18.09-24.09 2017	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая/ Тестирование, наблюдение, беседа
8.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая/ Тестирование, наблюдение
9.	25.09-1.10 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
10.		<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
11.	2.10.-9.10 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
12.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение

13.	9.10-15.10 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Фронтальный опрос
14.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
15.	16.10-23.10 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
16.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
17.	30.10-5.11 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
18.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
19.	6.11-12.11 2017	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение



20.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
21.	13.11-19.11 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
22.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
23.	20.11-26.11 2017	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
24.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
25.	20.11-26.11 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
26.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

27.	27.11-3.12 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
28.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировки по общей и физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
29.	6.12-10.12 2017	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
30.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
31.	16.12-24.12 2017	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /наблюдение
32.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировка по общей физической подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
33.	25.12-31.12 2017	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение

34.		<i>Текущая, промежуточная аттестации</i>	Игры и эстафет	2	Групповая , индивидуальная /контрольные замеры, наблюдение
35.	8.01-13.01 2018	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
36.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
37.	15.01-21.01 2018	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
38.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Игры на комплексное развитие координационных способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение, тестирование
39.	22.01-28.01 2018	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
40.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и	2	Групповая /Наблюдение

			эстафет		
41.	29.01-4.02 2018	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
42.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
43.	5.02-11.02 2018	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
44.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
45.	12.02-18.02 2018	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке Соревнования, эстафеты	2	Групповая /Контроль, наблюдение
46.		<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке Соревнования, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
47.	19.02-25.02 2018	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке Соревнования, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

48.		<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке Соревнования, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
49.	26.02-4.03 2018	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
50.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
51.	5.03-11.03 2018	<b>СФП</b>	Тренировка по общей специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
52.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Игры на комплексное развитие координационных способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
53.	12.03-18.03 2018	<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
54.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

55.	19.03-25.03 2018	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
56.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
57.	26.03-1.04 2018	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Игры на комплексное развитие координационных способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
58.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
59.	2.04-8.04 2018	<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
60.		<b>ОФП, СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
61.	9.04-15.04 2018	<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

62.		<i>Экскурсии. Посещение игр профессиональных команд</i>	Экскурсия	2	Групповая /Наблюдение
63.	16.04-22.04 2018	<i>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</i>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
64.		<i>ОФП Подвижные игры</i> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и меткость, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Опрос
65.	23.04-29.04 2018	<i>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</i>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
66.		<i>ОФП Подвижные игры</i> ОФП Игры на комплексное развитие координационных способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение,
67.	30.04-6.05 2018	<i>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</i>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
68.		<i>ОФП Подвижные игры</i> ОФП Игры на комплексное развитие координационных способностей	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
69.	7.05-13.05 2018	<i>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</i>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

70.		<b>ОФП Эстафеты и игровые взаимодействия.</b>	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение
71.	14.05-20.05 2018	<b>Экскурсии. Посещение игр профессиональных команд</b>	Экскурсия	2	Групповая /Наблюдение
72.		<b>ОФП, ОФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая, индивидуальная /Наблюдение
73.	21.05-27.05 2018	<b>Текущая, промежуточная аттестации</b>	Игры и соревнования	2	Групповая /Наблюдение
74.		<b>ОФП Подвижные игры</b> ОФП Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега.	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная /Наблюдение
75.	28.05-31.05 2018	<b>СФП СФП</b>	Тренировка по общей физической и специальной подготовке, соревновательные игры и эстафет	2	Групповая /Наблюдение
76.		<b>Подвижные игры Итоговый урок.</b> Игры на комплексное развитие координационных способностей Итоговый урок.	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая /Наблюдение

### Календарно-тематический план

Группа № 3, 4

6-го год обучения



Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

№	Дата/неделя	Название темы Содержание тем для журнала	Форма занятий	Количество часов	Форма/методы контроля
1.	1.09.- 3.09 2017	<b>Физическая культура и спорт в РФ ИТБ и ПБ</b> Физическая культура и спорт в РФ ИТБ и ПБ	Беседа,		Групповая/ беседа,
2.		<b>ОФП</b> Подвижные игры. Легкоатлетические упражнения	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая/наблюдение
3.	4.09-10.09 2017	<b>СФП</b> Развитие быстроты и координации движений.	Тренировки по общей и специальной подготовке	2	Групповая/наблюдение
4.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование стоек, перемещений. 2. Совершенствование передач на месте и в движении. 3. Совершенствование поворотов.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
5.	11.09.17.09 2017	<b>Контрольные испытания</b> Контрольные испытания по ОФП	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
6.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование бросков с места. 2. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты.	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
7.	18.09-24.09 2017	<b>Правила игры организации и проведения соревнований по баскетболу</b> Правила игры организации и проведения соревнований по баскетболу	Беседа	2	Групповая/ беседа
8.		<b>ОФП</b>	Тренировки по	2	Групповая,

		Развитие общей выносливости	общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты		индивидуальная/Наблюдение
9.	25.09-1.10 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование бросков с места и в движении. 2. Совершенствование ловли мяча, отскочившего от щита.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
10.		<b>Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся</b> Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся	Беседа		Групповая/опрос
11.	2.10.-9.10 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование поворотов на месте с мячом с последующим ведением в движении. 2. Совершенствование остановок после бега и передач двумя руками в движении. 3. Совершенствование опеки игроков.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
12.		<b>ОФП</b> Эстафеты и игровые задания на развитие координации движений.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
13.	9.10-15.10 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач во встречном движении. 2. Совершенствование бросков после ведения мяча. 3. Совершенствование ловли мяча, отскочившего от щита.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты, беседа	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
14.		<b>ОФП</b> Развитие общей выносливости	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры,	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение

			эстафеты		
15.	16.10-23.10 2017	<b>Экскурсии, посещение соревнований</b> Экскурсии, посещение соревнований	Экскурсия	2	Групповая/ Наблюдение
16.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование бросков в движении после ловли мяча. 2. Совершенствование техники штрафных бросков. 3. Совершенствование ведения мяча	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
17.	30.10-5.11 2017	<b>Контрольные игры и соревнования</b> Контрольные игры и соревнования	Учебная игра	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
18.		<b>СФП</b> Упражнения с мячами . Развитие координации движений.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
19.	6.11-12.11 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование техники передач мяча с отскоком от земли. 2. Совершенствование бросков в прыжке с места. 3. Совершенствование техники передач мяча одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты, беседа	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
20.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач одной рукой в прыжке с поворотом на 180°. 2. Совершенствование бросков в прыжке после поворотов на месте. 3. Совершенствование опеки игрока с мячом и опеки игрока без мяча	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
21.	13.11-19.11 2017	<b>ОФП</b> Комплекс упражнений со скакалками. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
22.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование отвлекающих действий на передачу. 2. Совершенствование элементарных	Тренировки по общей и специальной технической	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение

		взаимодействий с центральным игроком. 3. Совершенствование отвлекающих действий на обход противника.	подготовке, соревновательные игры, эстафеты		
23.	20.11-26.11 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование отвлекающих действий на передачу с последующим проходом. 2. Совершенствование отвлекающих действий на бросок. 3. Совершенствование передач на большие расстояния.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
24.		<b>ОФП</b> Развитие быстроты и координации движений в играх и игровых заданиях	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
25.	20.11-26.11 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование перехватов мяча. 2. Совершенствование бросков. 3. Совершенствование передач (передача убегающему игроку).	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
26.		<b>ОФП</b> Упражнения с набивными мячами. Развитие силы.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
27.	27.11-3.12 2017	<b>Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.</b> Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	Беседа	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение /опрос
28.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование ведения, передач и бросков левой рукой. 2. Атака двух нападающих против одного защитника. 3. Совершенствование ловли мяча, катящегося по площадке.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
29.	6.12-10.12 2017	<b>СФП</b> Развитие быстроты и координации движений.	Тренировки по общей и специальной технической	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение

			подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты		
30.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование выбивания мяча при ведении. 2. Атака трех нападающих против двух защитников. 3. Совершенствование ведения мяча.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты		Групповая, индивидуальная/Наблюдение
31.	16.12-24.12 2017	<b>Текущая аттестация</b> Контрольные игры и соревнования	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
32.		<b>ОФП</b> Подвижные игры.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
33.	25.12-31.12 2017	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование бросков в прыжке. 2. Совершенствование штрафных бросков. 3. Совершенствование ловли мяча, отскочившего от щита.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
34.		<b>СФП</b> Развитие специальной выносливости.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательн ые игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
35.	8.01-13.01 2018	<b>Контрольные испытания</b> Контрольные испытания	Учебная игра	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение

36.		<b>ОФП</b> Статические упражнения. Развитие силы	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
37.	15.01-21.01 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> <b>Контрольные игры и соревнования</b> Совершенствование техники и тактики в игровой обстановке. Контрольные игры и соревнования	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
38.		<b>ОФП</b> Статические упражнения. Развитие силы	Тренировки по общей физической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
39.	22.01-28.01 2018	<b>Экскурсии, посещение соревнований</b> Экскурсии, посещение соревнований	Экскурсия	2	Групповая/Наблюдение
40.		<b>СФП</b> Развитие прыгучести.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
41.	29.01-4.02 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование нападения через центрального, входящего в область штрафной площади. 2. Обучение заслонам. 3. Совершенствование техники.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
42.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование нападения через центрального, входящего в область штрафной площади. 2. Обучение заслонам. 3. Совершенствование техники.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты. Беседа	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
43.	5.02-11.02 2018	<b>Контрольные игры и соревнования</b> Контрольные игры и соревнования	Соревнования	2	Групповая, индивидуальная/Набл

					юдение
44.		<b>ОФП</b> Упражнения на скамейке и со скамейкой.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты Товарищеская игра	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
45.	12.02-18.02 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач мяча. 2. Разучивание нападения «тройкой». 3. Совершенствование техники.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
46.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Разучивание комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. 2. Совершенствование заслонов. 3. Совершенствование техники.	Просмотр видео материалов	2	Групповая/опрос
47.	19.02-25.02 2018	<b>ОФП</b> Развитие общей выносливости.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
48.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование техники и тактики в игре. 2. Совершенствование бросков.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
49.	26.02-4.03 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование быстрого прорыва. 2. Заслон центровым игроком. 3. Совершенствование технике игры.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
50.		<b>СФП</b> Укрепление мышц плечевого пояса.	Экскурсия		Групповая/наблюдение
51.	5.03-11.03	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Обучение накрыванию мяча при	Тренировки по общей и	2	Групповая, индивидуальная

	2018	броске. 2. Наведение защитника на центрального игрока. 3. Перехваты мяча, адресуемого центральному.	специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты		льная/Наблюдение
52.		<b>Контрольные игры и соревнования</b> Контрольные игры и соревнования	Товарищеская игра	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение, контрольные замеры
53.	12.03-18.03 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач на максимальной скорости. 2. Совершенствование нападения двумя центрами. 3. Совершенствование штрафных бросков.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
54.		<b>ОФП</b> Техника катания на коньках.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
55.	19.03-25.03 2018	<b>Контрольные испытания</b> Контрольные испытания	Товарищеская игра	2	Групповая/Наблюдение
56.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование добивания мяча в корзину. 2. Обучение переключениям. 3. Совершенствование бросков в движении.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
57.	26.03-1.04 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач мяча в парах. 2. Нападение тройкой с активным заслоном. 3. Совершенствование бросков с сопротивлением.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
58.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование бросков и передач в движении. 2. Плотная опека на $\frac{3}{4}$ площадки. 3. Совершенствование техники.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры,	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение



			эстафеты		
59.	2.04-8.04 2018	<b>ОФП</b> Развитие общей выносливости	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
60.		<b>СФП</b> Развитие специальной выносливости.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
61.	9.04-15.04 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование передач мяча на максимальной скорости. 2. Сложные взаимодействия в нападении.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
62.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Совершенствование штрафных бросков и борьбы за мяч, отскочивший от щита. 2. Повторение тактических комбинаций. 3. Совершенствование выбивания мяча при ведении.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
63.	16.04-22.04 2018	<b>ОФП</b> Развитие быстроты и координации движений в игровых заданиях	Экскурсия		Групповая/наблюдение
64.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Взаимодействие игроков при выполнении штрафных бросков. 2. Совершенствование нападения против зонной защиты. 3. Совершенствование бросков в прыжке со средней дистанции.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
65.	23.04-29.04 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Взаимодействие игроков при выполнении штрафных бросков. 2. Совершенствование нападения против зонной защиты. 3. Совершенствование бросков в прыжке со средней дистанции.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
66.		<b>Основы техники и тактики игры</b>	Тренировки по	2	Групповая,

		1. Совершенствование техники и тактики в игре. 2. Совершенствование бросков.	общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты		индивидуальная/Наблюдение
67.	30.04-6.05 2018	<b>СФП</b>	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
68.		<b>ОФП</b>	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
69.	7.05-13.05 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Плотная система защиты. 2. Заслон с выходом на получение мяча от центрального. 3. Совершенствование технике игры.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
70.		<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит. 2. Совершенствование передач через центрального игрока. 3. Совершенствование выбивания мяча при ведении.	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
71.	14.05-20.05 2018	<b>Контрольные испытания</b> Контрольные испытания	Игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
72.		<b>ОФП</b>	Тренировки по общей и специальной технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
73.	21.05-27.05 2018	<b>Основы техники и тактики игры</b> 1. Обучение накрыванию мяча при броске.	Тренировки по общей и специальной	2	Групповая, индивидуальная/Набл

		2. Наведение защитника на центрального игрока. 3. Перехваты мяча, адресуемого центральному.	технической подготовке, соревновательные игры, эстафеты		юдение
74.		<b>Промежуточная аттестация</b> Контрольные игры и соревнования	Соревнования	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение
75.	28.05-31.05 2018	<b>Экскурсии, посещение соревнований</b> Экскурсии, посещение соревнований	Экскурсия	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение, опрос
76.		<b>Контрольные игры и соревнования</b> Контрольные игры и соревнования	Учебная игра	2	Групповая, индивидуальная/Наблюдение