Ростовская область Тацинский район станица Тацинская

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа № 2

 СОГЛАСОВАНО СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Протокол заседания МО Заместитель директора Директор школы \_\_\_\_\_\_\_Н.В. Колбасина

учителей физической культуры и ОБЖ по УВР \_\_\_\_\_М.И. Зверева Приказ от 29.08.2019г № 166

Руководитель МО\_\_\_\_\_ Севрюгин В.С. «\_29\_»\_08 2019г.

Протокол МО от 29.08.2019г № 1

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

 кружка баскетбола\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Основное общее образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество часов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_115 часов (3 часа в неделю)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Учитель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Севрюгин Владимир Сергеевич\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Программа разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2010).

2019- 2020 учебный год

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Программа кружковой работы построена на основе государственной программы РФ «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утв. постановлением Правительства РФ от 15.04.2014 № 295 «Конвенция о правах ребенка» ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13.06.1990 года №1559-1, Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», ПисьмаМинобразования и наукиРФ от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», Распоряжения Правительства РФ от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей», Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года», Приказа Минобразования РО от 21.03.2016 №115 «Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам», примерной программы и авторской программы «Ком­плексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2010),основной образовательной программы школы на 2019-2020 учебный год.

***Направленность*** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Баскетбола» - ***спортивная.***

 Программа направлена на получение обучающимися знаний и умений в области спорта и в частности игры баскетбола.

***Актуальность*** образовательной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы туристического развития обучающихся. Программа построена на приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие физических возможностей, интеллекта обучающихся, его морально-волевых и нравственных качеств.

***Педагогическая целесообразность*** данной программы заключена в эффективности приобретения теоретических знаний и практических умений и навыков в области баскетбола.

Спортивная подготовка имеет большое значение в жизни обучающегося. Тренировки, участие в соревнованиях и турнирах разного уровня, приучают к систематическому труду, воспитывают волю, инициативу и выдержку, формируют дисциплину и ответственность.

Пребывание на свежем воздухе, соблюдение четкого режима и постоянная физическая тренировка закаливают ребят, создается коллектив.

***Цель программы:***

 - расширить и совершенствовать знания, навыки и умения играть в баскетбол.

 - содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки,

 воспитание ценностных ориентаций, на здоровый образ жизни;

В рамках реализации этой общей цели программа ориентируется на решение следующих задач:

***Задачи:***

*Обучающие:*

* приобретение обучающимися компетентности в баскетболе;
* обучение навыкам, приёмах, упражнениям.

*Развивающие:*

* создание условий для разностороннего развития личности через воспитание патриотизма и гражданской ответственности;
* всестороннее физическое развитие

*Воспитывающие:*

* воспитание моральных и волевых качеств;
* воспитание навыков здорового образа жизни.

***Отличительные особенности*** данной программы является формирование у обучающихся патриотизма и здорового образа жизни, формирование навыков оказания самопомощи и взаимопомощи.

При написании данной модифицированной программы использовался материал автора А.Н. Каинова «Организация работы спортивных секции в школе»: программы и рекомендации/ – Волгоград: Учитель 2010.

**Возраст детей** участвующих в реализации данной программы от 11 до 17 лет.

***Условия набора*** в детское объединение - собственное желание обучающихся и их состояние здоровья, так как требуется допуск врача.

***Сроки реализации программы***

Продолжительность образовательного процесса - 1 год обучения.

Этот период можно определить как первый этап в приобретении обучающимися основ знаний по технике и тактике баскетбола.

 ***Формы и режим занятий***

Количество детей в группе –15 человек

Режим занятий –вторник, среда, четверг- 16.40- 17.20 ч

Формы организации деятельности обучающихся на занятии это лекции, беседы, практические занятия в спортзале и на местности(в зависимости и от сезона года) акции, игры, конкурсы, эстафеты, соревнования, турниры.

**Место курса**

 В соответствии с Учебным планом дополнительного образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Тацинская средняя общеобразовательная школа №2 на кружок «Баскетбол» отводится 144 часа. Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2019-2020 учебный год МБОУ Тацинская СОШ №2 курс программы реализуется за 144 часа. Материал кружковой деятельности изучается в полном объеме.

***Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:***

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- начальный контроль (сентябрь);

- промежуточный контроль (декабрь);

- итоговый контроль (май).

По итогам всего периода обучения *обучающийся научится*:

* Правилам передвижения на площадке;
* Технике ведения мяча;
* Технике броска;
* применять правила безопасности в соревнованиях и турнирах.

*обучающийся получит возможность научиться:*

* показывать приёмы продвижения с мячом по площадке;
* делать прорыв с мячом и бросать мяч точно вкольцо;
* проходить тренировочную дистанцию по заданному плану;
* преодолевать заслоны;

***Формы подведения итогов реализации программы*** представлены в виде:

* карт оценки результатов освоения программы;
* портфолио обучающихся;
* собеседования;
* соревнований;

В соответствии с Приказом Минобразования Ростовской области от 28.07.2017г № 542 «О введении с 01.09.2017г в образовательную программу уроков по изучению основ здорового питания» в рабочую программу введены занятия по изучению здорового питания школьников.

**Региональный компонент включен в содержание упражнений и заданий и составляет не менее 10% от общего материала.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер урока** | **Дата** | **Тема урока** | **Содержание регионального компонента** |
| 6 | 14.09 | Закрепление техники поворотам в движении. Игра «Ляпка» | Игра «Ляпка» |
| 20 | 17.10 | Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. Игра «Ляпка» | Игра «Ляпка» |
| 41 | 05.12 | Закрепление техники бросков. Игра «В три бабки» | Игра «В три бабки» |
| 61 | 21.01 | Закрепление пройденного материала. Игра «В три бабки» | Игра «В три бабки» |
| 68 | 06.02 | Закрепление техники бросков и передач в движении. Игра «Всадники» | Игра «Всадники» |
| 80 | 06.03 | Закрепление бросков в движении. Игра «Всадники» | Игра «Всадники» |
| 83 | 13.03 | Совершенствование в технических приемах. Игра «Чехарда» | Игра «Чехарда» |
| 87 | 22.03 | Внутренний заслон. Игра «Чехарда» | Игра «Чехарда» |
| 95 | 10.04 | 3й вариант перпендикулярного заслона. Игра «Стоп!» | Игра «Стоп!» |
| 99 | 19.04 | Использование финтов при наведении. Игра «Стоп!» | Игра «Стоп!» |
| 107 | 10.05 | Быстрый прорыв по центру площадки. Игра «Горелки» | Игра «Горелки» |
| 113 | 24.05 | Ранее нападение. Игра «Горелки» | Игра «Горелки» |

**Планируемые результаты:**

Обучающийся научится:

* рассматривать игру баскетбол как явление физической культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
* характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
* определять базовые понятия и термины, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
* разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
* руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
* использовать занятия и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
* самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
* тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
* взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.
* выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
* выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
* выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
* выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Обучающийся получит возможность научиться:

* характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
* характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения и в частности баскетбола, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
* определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
* физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
* выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**1. Основы знаний о баскетболе, умения и навыки; приемы, способы саморегуляции и самоконтроля.**

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

**2. Техника перемещения**

Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте, техника поворота в движении. Техника опеки игрока без мяча

**3.Техника передачи мяча**

Техника передач на месте и в движении. Техника передач мяча одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.

Техника передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание.

**4. Техника броска**

Техника броска в движении после ловли мяча. Техника бросков в прыжке после ведения мяча. Техника броска в прыжке с места.

Техника передач и бросков в движении.

**5.Техника ловли мяча**

Техника ловли мяча, отскочившего от щита.Внутренний заслон. Быстрый прорыв.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **№ урока в теме** | **Дата** | **Раздел, тема урока, количество часов** | **Материально техническое обеспечение** |
| **по плану** | **по факту** |
| 1 | 1 | 03.09 |  | Техника безопасности при игре в баскетбол. Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи  |
| 2 | 2 | 04.09 |  | Закрепление техники передачи одной рукой от плеча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 3 | 3 | 05.09 |  | Закрепление передач двумя руками над головой | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 4 | 4 | 10.09 |  | Закрепление техники передач двумя руками в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 5 | 5 | 11.09 |  | Закрепление техники броска после ведения мяча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 6 | 6 | 12.09 |  | Закрепление техники поворотам в движении. Игра «Ляпка» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 7 | 7 | 17.09 |  | Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 8 | 8 | 18.09 |  | Закрепление техники броска в движении после ловли мяча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 9 | 9 | 19.09 |  | Закрепление техники броска в прыжке с места | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 10 | 10 | 24.09 |  | Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток |
| 11 | 11 | 25.09 |  | Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 12 | 12 | 26.09 |  | Учет по технической подготовке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 13 | 13 | 01.10 |  | Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 14 | 14 | 02.10 |  | Закрепление техники ведения и передач в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 15 | 15 | 03.10 |  | Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 16 | 16 | 08.10 |  | Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 17 | 17 |  09.10 |  | Закрепление техники отвлекающих действий на бросок | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 18 | 18 | 10.10 |  | Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой,выбивание и вырывание | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 19 | 19 | 15.10 |  | Закрепление техники выбивания мяча после ведения | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 20 | 20 | 16.10 |  | Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. Игра «Ляпка» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 21 | 21 | 17.10 |  | Закрепление выбивания мяча при ведении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток |
| 22 | 22 | 22.10 |  | Закрепление передач одной рукой с поворотом | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 23 | 23 | 23.10 |  | Прием нормативов по технической подготовке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи  |
| 24 | 24 | 24.10 |  | Закрепление передач в движении в парах | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 25 | 25 | 29.10 |  | Закрепление передач в тройках в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 26 | 26 | 30.10 |  | Закрепление передач в тройках в движении против двойки  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 27 | 27 | 31.10 |  | Закрепление передач в двойке против одного защитника  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 28 | 28 | 05.11 |  | Закрепление передач в двойке против двух защитников  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 29 | 29 | 06.11 |  | Закрепление передач в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 30 | 30 | 07.11 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 31 | 31 | 12.11 |  | Закрепление техники передач мяча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 32 | 32 | 13.11 |  | Быстрый прорыв после штрафного броска | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 33 | 33 | 14.11 |  | Нападение через центрового игрока | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 34 | 34 | 19.11 |  | Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 35 | 35 | 20.11 |  | Закрепление через заслоны. | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 36 | 36 | 21.11 |  | Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 37 | 37 | 26.11 |  | Матчевая встреча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 38 | 38 | 27.11 |  | Прием нормативов по технической подготовке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 39 | 39 | 28.11 |  | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии.  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 40 | 40 | 03.12 |  | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 41 | 41 | 04.12 |  | Закрепление техники бросков. Игра «В три бабки» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 42 | 42 | 05.12 |  | Закрепление техники бросков в прыжке  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 43 | 43 | 10.12 |  | Закрепление быстрого прорыва | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 44 | 44 | 11.12 |  | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 45 | 45 | 12.12 |  | Закрепление техники плотной защиты | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 46 | 46 | 17.12 |  | Заслон с выходом на получение мяча от центрального | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 47 | 47 | 18.12 |  | Закрепление техники отвлекающих действий на получение мяча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 48 | 48 | 19.12 |  | Закрепление техники отвлекающих действий при броске  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 49 | 49 | 24.12 |  | Закрепление техники накрывания мяча при броске | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 50 | 50 | 25.12 |  | Учебная игра  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 51 | 51 | 26. 12 |  | Наведение защитника на игрока  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 52 | 52 | 31.12 |  | Наведение защитника на центрового  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 53 | 53 | 01.01 |  | Матчевая встреча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 54 | 54 | 02.01 |  | Сдвоенный заслон  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 55 | 55 | 07.01 |  | Учебная игра  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 56 | 56 | 08.01 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 57 | 57 | 09.01 |  | Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 58 | 58 | 14.01 |  | Нападение двумя центрами и их взаимодействие | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 59 | 59 | 15.01 |  | Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 60 | 60 | 16.01 |  | Закрепление передач на максимальной скорости, нападение одним центром  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 61 | 61 | 21.01 |  | Закрепление пройденного материала. Игра «В три бабки» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 62 | 62 | 22.01 |  | Закрепление пройденного материалаМатчевая встреча | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 63 | 63 | 23.01 |  | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 64 | 64 | 28.01 |  | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 65 | 65 | 29.01 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовки | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 66 | 66 | 30.01 |  | Закрепление техники добивания мяча в корзину | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 67 | 67 | 04.02 |  | Закрепление техники передач мяча в парах, нападения тройкой с активным заслоном | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 68 | 68 | 05.02 |  | Закрепление техники бросков и передач в движении. Игра «Всадники» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 69 | 69 | 06.02 |  | Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 70 | 70 | 11.02 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 71 | 71 | 12.02 |  | Закрепление бросков в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 72 | 72 | 13.02 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 73 | 73 | 18.02 |  | Закрепление по технической и тактической подготовки | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 74 | 74 | 19.02 |  | Совершенствование в технических приемах | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 75 | 75 | 20.02 |  | Закрепление техники добивания мяча в корзину | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 76 | 76 | 25.02 |  | Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 77 | 77 | 26.02 |  | Закрепление техники бросков и передач в движении | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 78 | 78 | 27.02 |  | Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 79 | 79 | 03.03 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 80 | 80 | 04.03 |  | Закрепление бросков в движении. Игра «Всадники» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 81 | 81 | 05.03 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 82 | 82 | 10.03 |  | Закрепление по технической и тактической подготовки | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 83 | 83 | 11.03 |  | Совершенствование в технических приемах. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 84 | 84 | 12.03 |  | Совершенствование в технических приемах | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 85 | 85 | 17.03 |  | Взаимодействие «передай мяч и выходи» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 86 | 86 | 18.03 |  | Взаимодействие «передай мяч и выходи» с финтом на заслон  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 87 | 87 | 19.03 |  | Внутренний заслон. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 88 | 88 | 24.03 |  | Постановка заслона с последующим проходом  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 89 | 89 | 25.03 |  | Постановка заслона с последующим броском  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 90 | 90 | 26.03 |  | Постановка заслона с последующей передачей  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 91 | 91 | 31.03 |  | Наружный заслон. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 92 | 92 | 01.04 |  | Заслон с помощью наведения  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 93 | 93 | 02.04 |  | Первый вариант перпендикулярного заслона  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 94 | 94 | 07.04 |  | Второй вариант перпендикулярного заслона | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 95 | 95 | 08.04 |  | 3й вариант перпендикулярного заслона. Игра «Стоп!» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 96 | 96 | 09.04 |  | Одновременное использование перпендикулярного и слепого заслонов | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 97 | 97 | 14.04 |  | Заслон в движении без мяча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 98 | 98 | 15.04 |  | Заслон в движении с ведением мяча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 99 | 99 | 16.04 |  | Использование финтов при наведении. Игра «Стоп!» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 100 | 100 | 21.04 |  | Взаимодействие трех игроков «тройка»  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 101 | 101 | 22.04 |  | Взаимодействие трех игроков «малая восьмерка» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 102 | 102 | 23.04 |  | Взаимодействие трех игроков «скрестный выход» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 103 | 103 | 28.04 |  | Взаимодействие трех игроков «сдвоенный заслон» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 104 | 104 | 29.04 |  | Взаимодействие трех игроков «наведение на двух» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 105 | 105 | 30.04 |  | Быстрый прорыв два в одного | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 106 | 106 | 06.05 |  | Взаимодействие быстрого прорыва три в два | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 107 | 107 | 07.05 |  | Быстрый прорыв по центру площадки. Игра «Горелки» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 108 | 108 | 12.05 |  | Быстрый прорыв по центру площадки с ведением мяча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 109 | 109 | 13.05 |  | Быстрый прорыв по боковой линии площадки  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 110 | 110 | 14.05 |  | Быстрый прорыв при розыгрыше мяча  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 111 | 111 | 19.05 |  | Быстрый прорыв при выполнении штрафного броска  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 112 | 122 | 20.05 |  | Эшелонированный быстрый прорыв  | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 113 | 133 | 21.05 |  | Ранее нападение. Игра «Горелки» | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 114 | 144 | 26.05 |  | Комбинации при нападении три в два | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 115 | 155 | 27.05 |  | Итоговое занятиеУчебная игра | Инструкция по ТБСекундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |