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

Классных руководителей по ВР Ю.А. Гончарова Приказ от 30.08. 2018 № \_\_\_\_\_

Руководитель МО Н.В. Волоконская 29.08. 2018

Протокол МО от 29.08.2018 № 1

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По кружковой работе секции «Баскетбол»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_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( Просвещение, 2010)

2018- 2019 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта 2010г и авторской программы «Ком­плексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2010),Образовательной программы школы на 2018-2019 учебный год.

Учебно- методический комплекс:

Физическая культура.: учеб.дляобщеобразоват. учреждений /М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М. :Просвещение, 2010.

Сотрудничество в обучении. В.К.Дьяченко М. 1998

Концептуальные основы организации образовательного процесса в системе индивидуального обучения. Гульчевская В.Г. Ростов – на –Дону. 1998

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

Баландин Г.А.  Урок физкультуры в современной школе.

Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка

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

**Характеристика предмета**

**Цели изучения:**

- 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;

**Задачи изучения:**

- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и

- развитие двигательных способностей на основе систем организма;

- углубленное представление об основных видах спорта;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;

- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

- содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.   
Тем не менее проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.  
Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.  
В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходиться в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.  
Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.  
В возрасте 11-17 лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. По этому начальный курс баскетбола представлен «Школой технико-тактической подготовки». Отличительной особенностью элементов школы является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, повороты, прыжки, входят составной частью в игровые действия, и отдельно не рассматриваются.   
Программа рассчитана на один год, 115 часов, при 3-х разовых занятиях в неделю, продолжительностью 1 час.

**Текущий контроль успеваемости проводится в целях:**

* постоянного мониторинга учебных достижений обучающихся в течение учебного года, в соответствии с требованиями
* соответствующего федерального государственного образовательного стандарта общего образования;
* определения уровня сформированности личностных, метапредметных, предметных результатов;
* определения направлений индивидуальной работы с обучающимися;
* оценки индивидуальных образовательных достижений обучающихся и динамики их роста в течение учебного года;
* выявления индивидуально значимых и иных факторов (обстоятельств), способствующих или препятствующих достижению

обучающимися планируемых образовательных результатов освоения соответствующей основной общеобразовательной программы.

Формами текущего контроля могут быть:

* тестирование;
* устный опрос;
* сдача нормативов
* соревнования и турниры

Результаты текущего контроля успеваемости обучающихся отражаются в журнале.

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».

**Место предмета в учебном плане**

Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2018-2019 учебный год в МБОУ Тацинская СОШ № 2 курс программы кружка «Баскетбола» для юношей реализуется за 115 часов и девушек реализуется за 115 часов. Учебный материал изучается в полном объёме.

В течение учебного года возможна корректировка распределения часов по темам, а также изменения даты проведения уроков (в том числе контрольных работ, зачётов) с учётом хода усвоения учебного материала обучающимися или в связи с другими объективными причинами.

**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 | 04.09 |  | Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 2 | 2 | 05.09 |  | Закрепление техники передачи одной рукой от плеча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 3 | 3 | 06.09 |  | Закрепление передач двумя руками над головой | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 4 | 4 | 11.09 |  | Закрепление техники передач двумя руками в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 5 | 5 | 12.09 |  | Закрепление техники броска после ведения мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 6 | 6 | 13.09 |  | Закрепление техники поворотам в движении. Игра «Ляпка» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 7 | 7 | 18.09 |  | Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 8 | 8 | 19.09 |  | Закрепление техники броска в движении после ловли мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 9 | 9 | 20.09 |  | Закрепление техники броска в прыжке с места | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 10 | 10 | 25.09 |  | Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток |
| 11 | 11 | 26.09 |  | Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 12 | 12 | 27.09 |  | Учет по технической подготовке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 13 | 13 | 02.10 |  | Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 14 | 14 | 03.10 |  | Закрепление техники ведения и передач в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 15 | 15 | 04.10 |  | Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 16 | 16 | 09.10 |  | Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 17 | 17 | 10.10 |  | Закрепление техники отвлекающих действий  на бросок | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 18 | 18 | 11.10 |  | Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 19 | 19 | 16.10 |  | Закрепление техники выбивания мяча после ведения | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 20 | 20 | 17.10 |  | Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. Игра «Ляпка» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 21 | 21 | 18.10 |  | Закрепление выбивания мяча при ведении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток |
| 22 | 22 | 23.10 |  | Закрепление передач одной рукой с поворотом | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 23 | 23 | 24.10 |  | Прием нормативов по технической подготовке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 24 | 24 | 25.10 |  | Закрепление передач в движении в парах | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 25 | 25 | 30.10 |  | Закрепление передач в тройках в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 26 | 26 | 31.10 |  | Закрепление передач в тройках в движении против двойки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 27 | 27 | 01.11 |  | Закрепление передач в двойке против одного защитника | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 28 | 28 | 06.11 |  | Закрепление передач в двойке против двух защитников | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 29 | 29 | 07.11 |  | Закрепление передач в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 30 | 30 | 08.11 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 31 | 31 | 13.11 |  | Закрепление техники передач мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 32 | 32 | 14.11 |  | Быстрый прорыв после штрафного броска | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 33 | 33 | 15.11 |  | Нападение через центрового игрока | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 34 | 34 | 20.11 |  | Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 35 | 35 | 21.11 |  | Закрепление через заслоны. | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 36 | 36 | 22.11 |  | Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 37 | 37 | 27.11 |  | Матчевая встреча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 38 | 38 | 28.11 |  | Прием нормативов по технической подготовке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 39 | 39 | 29.11 |  | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 40 | 40 | 04.12 |  | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за лицевой линии. | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 41 | 41 | 05.12 |  | Закрепление техники бросков. Игра «В три бабки» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 42 | 42 | 06.12 |  | Закрепление техники бросков в прыжке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 43 | 43 | 11.12 |  | Закрепление быстрого прорыва | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 44 | 44 | 12.12 |  | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 45 | 45 | 13.12 |  | Закрепление техники плотной защиты | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 46 | 46 | 18.12 |  | Заслон с выходом на получение мяча от центрального | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 47 | 47 | 19.12 |  | Закрепление техники отвлекающих действий на получение мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 48 | 48 | 20.12 |  | Закрепление техники отвлекающих действий при броске | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 49 | 49 | 25.12 |  | Закрепление техники накрывания мяча при броске | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 50 | 50 | 26.12 |  | Учебная игра | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 51 | 51 | 27. 12 |  | Наведение защитника на игрока | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 52 | 52 | 01.01 |  | Наведение защитника на центрового | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 53 | 53 | 02.01 |  | Матчевая встреча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 54 | 54 | 03.01 |  | Сдвоенный заслон | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 55 | 55 | 08.01 |  | Учебная игра | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 56 | 56 | 09.01 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 57 | 57 | 10.01 |  | Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 58 | 58 | 15.01 |  | Нападение двумя центрами и их взаимодействие | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 59 | 59 | 16.01 |  | Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 60 | 60 | 17.01 |  | Закрепление передач на максимальной скорости, нападение одним центром | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 61 | 61 | 22.01 |  | Закрепление пройденного материала. Игра «В три бабки» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 62 | 62 | 23.01 |  | Закрепление пройденного материала  Матчевая встреча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 63 | 63 | 24.01 |  | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 64 | 64 | 29.01 |  | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 65 | 65 | 30.01 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 66 | 66 | 31.01 |  | Закрепление техники добивания мяча в корзину | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 67 | 67 | 05.02 |  | Закрепление техники передач мяча в парах, нападения тройкой с активным заслоном | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 68 | 68 | 06.02 |  | Закрепление техники бросков и передач в движении. Игра «Всадники» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 69 | 69 | 07.02 |  | Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 70 | 70 | 12.02 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 71 | 71 | 13.02 |  | Закрепление бросков в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 72 | 72 | 14.02 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 73 | 73 | 19.02 |  | Закрепление по технической и тактической подготовки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 74 | 74 | 20.02 |  | Совершенствование в технических приемах | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 75 | 75 | 21.02 |  | Закрепление техники добивания мяча в корзину | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 76 | 76 | 26.02 |  | Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 77 | 77 | 27.02 |  | Закрепление техники бросков и передач в движении | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 78 | 78 | 28.02 |  | Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 79 | 79 | 05.03 |  | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 80 | 80 | 06.03 |  | Закрепление бросков в движении. Игра «Всадники» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 81 | 81 | 07.03 |  | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 82 | 82 | 12.03 |  | Закрепление по технической и тактической подготовки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 83 | 83 | 13.03 |  | Совершенствование в технических приемах. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 84 | 84 | 14.03 |  | Совершенствование в технических приемах | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 85 | 85 | 19.03 |  | Взаимодействие «передай мяч и выходи» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 86 | 86 | 20.03 |  | Взаимодействие «передай мяч и выходи» с финтом на заслон | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 87 | 87 | 21.03 |  | Внутренний заслон. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 88 | 88 | 26.03 |  | Постановка заслона с последующим проходом | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 89 | 89 | 27.03 |  | Постановка заслона с последующим броском | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 90 | 90 | 28.03 |  | Постановка заслона с последующей передачей | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 91 | 91 | 02.04 |  | Наружный заслон. Игра «Чехарда» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 92 | 92 | 03.04 |  | Заслон с помощью наведения | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 93 | 93 | 04.04 |  | Первый вариант перпендикулярного заслона | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 94 | 94 | 09.04 |  | Второй вариант перпендикулярного заслона | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 95 | 95 | 10.04 |  | 3й вариант перпендикулярного заслона. Игра «Стоп!» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 96 | 96 | 11.04 |  | Одновременное использование перпендикулярного и слепого заслонов | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 97 | 97 | 16.04 |  | Заслон в движении без мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 98 | 98 | 17.04 |  | Заслон в движении с ведением мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 99 | 99 | 18.04 |  | Использование финтов при наведении. Игра «Стоп!» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 100 | 100 | 23.04 |  | Взаимодействие трех игроков «тройка» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 101 | 101 | 24.04 |  | Взаимодействие трех игроков «малая восьмерка» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 102 | 102 | 25.04 |  | Взаимодействие трех игроков «скрестный выход» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 103 | 103 | 30.04 |  | Взаимодействие трех игроков «сдвоенный заслон» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 104 | 104 | 01.05 |  | Взаимодействие трех игроков «наведение на двух» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 105 | 105 | 07.05 |  | Быстрый прорыв два в одного | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 106 | 106 | 08.05 |  | Взаимодействие быстрого прорыва три в два | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 107 | 107 | 09.05 |  | Быстрый прорыв по центру площадки. Игра «Горелки» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 108 | 108 | 14.05 |  | Быстрый прорыв по центру площадки с ведением мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 109 | 109 | 15.05 |  | Быстрый прорыв по боковой линии площадки | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 110 | 110 | 16.05 |  | Быстрый прорыв при розыгрыше мяча | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 111 | 111 | 21.05 |  | Быстрый прорыв при выполнении штрафного броска | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 112 | 122 | 22.05 |  | Эшелонированный быстрый прорыв | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 113 | 133 | 23.05 |  | Ранее нападение. Игра «Горелки» | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 114 | 144 | 28.05 |  | Комбинации при нападении три в два | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |
| 115 | 155 | 29.05 |  | Итоговое занятие  Учебная игра | Инструкция по ТБ  Секундомер, фишки, свисток, баскетбольные мячи |