

**Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 22**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 22
А.А. Левин
Приказ № 137-О
от «01» сентября 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся 15-18 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель:
Осипова Анна Сергеевна
учитель физической культуры

г. Екатеринбург, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативно-правовая база для составления программы

Данная программа спортивно-оздоровительной направленности «Баскетбол» составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.2. Направленность программы

Программа является модифицируемой, ознакомительного уровня и имеет – физкультурно-спортивную направленность. Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» направлена на физкультурно-оздоровительное воспитание детей через занятие баскетболом.

Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;

1.3. Актуальность дополнительной программы

Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся старших классов в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

1.4. Цель и задачи образовательной программы

Цель программы - дать возможность любому ребенку ознакомиться и освоить баскетбольные навыки как технические, так и тактические, помочь обучающемуся стать более самостоятельным, обрести новых друзей и увлечение (хобби) на всю жизнь.

Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:

- сформировать у обучающихся теоретические знания в области физической культуры и спорта, в т. ч. баскетбола
- помочь освоить физические упражнения, не входящих в учебную (обязательную) программу по физической культуре, развить физические качества, необходимые для овладения игрой в баскетбол
- привить обучающимся стойкий интерес к занятиям баскетболом, организовать процесс углубленного изучения двигательных умений и навыков, необходимых для грамотной игры в баскетбол
- ознакомить с техническими приемами баскетбола в соответствии с возрастом
- сформировать навыки игровой деятельности в баскетболе - привить навыки здорового образа жизни
- воспитать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

1.5. Формы обучения и особенности организации образовательного процесса

Формы и методы, используемые для организации учебного процесса:

- методы обучения: практический, словесный, наглядного восприятия;
- способы выполнения упражнений: одновременный, поточный, поочередный;
- формы организации занятий: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Учитель физической культуры, реализующий данную программу, ориентирует свою деятельность на такие важные компоненты как: воспитание моральных и волевых качеств;

формирование гуманистических отношений; приобретение опыта общения; формирование потребности и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями; воспитание целостной ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих образовательных программ: - не проводится специальный отбор по физиологическим возможностям ребенка (рост, вес), что позволяет посещать наши тренировки любому школьнику, не взирая на его антропометрические данные.

1.6. Сроки реализации, режим программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» общий срок реализации – 1 год. В группы для занятий баскетболом принимаются обучающиеся в возрасте 15-18 лет, имеющие допуск врача. Наполняемость учебных групп – не более 25 человек. Периодичность проведения занятий по программе – 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Прогнозируемые результаты и формы подведения итогов работы по программе

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен:

- освоить теоретический раздел программы;
- научиться выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями;
- овладеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения.

Основной формой подведения итогов работы по программе являются спортивные соревнования по баскетболу и выполнение контрольных нормативов.

Программа по баскетболу реализуется на базе МАОУ СОШ №22. Занятия проводятся в спортивном зале.

1.7. Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

1.8. Методическое обеспечение образовательной программы

Для обучения тактики и техники надо всегда иметь раздаточный материал, инструкционные и технологические карты, упражнения. Это очень облегчает задачу обучения. Методическим приёмом является введение соответствующих ограничений в действиях игроков защиты и нападения и введение условностей

1.9. Материально-техническая база для реализации программы

1. Наличие спортивного зала с баскетбольной разметкой и баскетбольными кольцами.
2. Наличие баскетбольных мячей по количеству занимающихся в группе.
3. Наличие конусов, набивных мячей, теннисных мячей, накидок двух цветов для двух сторонней игры.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Перечень разделов (тем)	Количество часов
1	<i>Знания о спортивно-оздоровительной деятельности</i>	3
2	<i>Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью:</i>	55

2.2.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>общая и специальная физическая подготовка;</i> • <i>основы техники и тактики игры.</i> 	16
		39
3	<i>Способы спортивно-тренировочной деятельности:</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>контрольные игры и соревнования;</i> • <i>контрольные испытания;</i> • <i>соревновательная деятельность.</i> 	14
		2
		2
		10
4	<i>Всего часов</i>	72

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности – 3 часа

Тема 1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся

Работа сердечно-сосудистой системы. Особенности полового созревания у девочек. Понятие о телосложении человека.

Тема 2. Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль.

Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Самоконтроль, из чего он состоит. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Тема 3. Основы методики обучения игре баскетбол. Тренировки.

Овладение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами.

Тема 4. Правила соревнований, их организация и проведение.

Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Требования к технике безопасности на занятиях по баскетболу. Проведение соревнований по баскетболу.

Раздел 2. Физическое совершенствование со спортивной направленностью - 55 часов

1. Общая и специальная физическая подготовка - 16 часов.

Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до 10 минут. Прыжки со скакалкой.

Комбинированные беговые и прыжковые упражнения: с перемещением из различных исходных положений, бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег, эстафеты с быстрым изменением характера,

Прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей.

2. Основы техники и тактики игры - 39 часов

Описание технических приемов в передачах мяча, ведении и бросках по кольцу. Описание тактических приемов, взаимодействий.

Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча вокруг туловища, с об беганием стоек, прыжками, подлезаниями.

Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи в парах одного или двух мячей. Броски мяча в щит после ведения, броски в кольцо после ведения. Броски в кольцо из различных точек, штрафной бросок. Ловля после отскока от щита.

Тактические действия в защите: держание игрока с мячом, вырывание и выбивание мяча, держание игрока с мячом при передачах, при ведении мяча, при броске в корзину. Личная система защиты. Командное нападение. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.

Тактические действия в нападении: приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Бросок одной и двумя руками в прыжке.

Раздел 3. Способы спортивно- тренировочной деятельности - 14 часов

1. Контрольные игры и соревнования. - 2 часа

Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4. 5х5.

2. Контрольные испытания. - 2 часа

- броски по кольцу с расстояния 1 м.
- броски со средних и дальних дистанций.
- броски по кольцу после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
- штрафной бросок.

3. Соревновательная деятельность. Судейская и инструкторская практика. - 10 часов

Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.

Участие в соревнованиях по баскетболу в зачет районной спартакиады школьников

Образовательная деятельность длится 9 месяцев (с сентября по май).

Каникулярный период длится 3 месяца (с июня по август)

2.4. Условия реализации программы.

Условия набора детей: в группу обучения принимаются все желающие заниматься в данном объединении, на основании письменного заявления родителей.

Набор детей в группу обучения проводится в августе - сентябре.

Комплектование группы обучения проводится до 1 октября.

2.5. Ожидаемые результаты освоения программы

Ученик будет:

Знать:

- работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека.
- основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.
- способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу. Передачу мяча одной рукой сбоку.
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой.
- броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы.
- вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.
- применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а так же применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

Использовать:

- приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся будут уметь демонстрировать

- броски по кольцу с расстояния 1 м.
- броски со средних и дальних дистанций.
- броски по кольцу после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
- штрафной бросок.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ БАСКЕТБОЛ

Содержание учебного материала	Уровень учебных достижений учащихся		
	высокий	средний	низкий
6 бросков мяча (баскетбольного) в корзину одной рукой от плеча, двумя руками от груди (девочки), стоя сбоку на расстоянии 1,5м от щита (количество попаданий):			
мальчики	6	4	2
девочки	6	4	2
передача мяча в начерченный на стене круг (диаметр 60см) на уровне груди ученика с расстояния 3м:			
мальчики	10	6	4
девочки	8	4	2

ЛИТЕРАТУРА

Литература для учителя.

Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2009).

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2011.
- Лихачев О.Е., Фомин С.Т., Мазурин А.В. Методика обучения индивидуальным действиям баскетболистов в защите. «РГУФК-СГАФКСТ» Москва-Смоленск 2009г.
- Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол-начальный этап обучения. «ФиС» 2002г.
- Ник Сортэл Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков «Астрель» 2002г.
- Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.
- Вари Л. 1000 упражнений игры в баскетбол: Пер, с фр, / Под ред Л. Ю. Поплавского. — Киев, 1997
- Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. — М., 2001.
- Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера— И,1997.

Литература для детей.

1. Т.В. Рыбкина «Спортивный час в группах продлённого дня» Тамбов 1996.
2. А.В. Сычёв «Акробатические упражнения в школьной программе». Тамбов 1995.
3. М.В. Видякин «Внеклассные мероприятия в средней школе» Волгоград. «Учитель» 2004

Календарно-тематическое планирование 2 часа в неделю (36 учебных недель)

№	Дата проведения	Фактически	Раздел, тема урока	Примечание
1.	03.09.2025		Тема: теория – основы техники и тактик баскетбола. Правила игры. Развитие общей выносливости.	
2.	04.09.2025		Тема: общая техника игры в баскетбол, ведение передачи, броски мяча. Развитие быстроты, учебная игра.	
3.	10.09.2025		Тема: обучение техники передвижения в баскетболе. Передвижения шагом, бегом, прыжками. Постановка ног, бег на короткие дистанции. Учебная игра.	
4.	11.09.2025		Тема: обучение техники остановки. Остановка шагом, прыжком. Развитие прыгучести. Учебная игра	
5.	17.09.2025		Тема: обучение передачи мяча. Передача мяча от груди, из-за головы, в прыжке, одной рукой. Развитие быстроты реакции. Учебная игра.	
6.	18.09.2025		Тема: обучение техники ловли мяча. Ловля мяча над головой, на уровне груди, катящегося мяча, мяча с отскоком. Развитие выносливости учебная игра.	
7.	24.09.2025		Тема: обучение техники броска мяча. Постановки рук, бросок от груди. Броски одной рукой от плеча. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
8.	25.09.2025		Тема: обучение техники ведения мяча. Ведение левой, правой руками. Попеременно. Закрывание мяча торсом. Развитие силы. Учебная игра.	
9.	01.10.2025		Тема: обучение техники поворотов. Повороты на месте. Повороты- передачи мяча. Развитие быстроты. Бег на короткие дистанции. Учебная игра.	
10.	02.10.2025		Тема: обучение техники игры в баскетбол. Финты. Финты с мячом и без него. Финты на ведение и бросок. Развитие прыгучести учебная игра.	
11.	08.10.2025		Тема: обучение техники защитной стойки. Стойки с выставленной вперед ногой. Стойка ноги на одной линии. Развитие силы. Учебная игра.	
12.	09.10.2025		Тема: обучение техники перехвата, вырывания, выбивания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
13	15.10.2025		Тема: общая техника игры в баскетбол, ведение передачи, броски мяча. Развитие быстроты, Учебная игра.	

14	16.10.2025		Тема: совершенствование техники передвижения в баскетболе. Передвижения шагом, бегом, прыжками. Постановка ног, бег на короткие дистанции. Учебная игра.	
15	22.10.2025		Тема: обучение техники подбора мяча от щита. Тактические действия. Развитие прыгучести. Учебная игра.	
16	23.10.2025		Тема: совершенствование передачи мяча. Передача мяча от груди, из-за головы, в прыжке, одной рукой. Развитие быстроты реакции. Учебная игра.	
17	29.10.2025		Тема: Совершенствование техники защитной стойки. Стойки с выставленной вперед ногой. Стойка ноги на одной линии. Развитие силы. Учебная игра.	
18	30.10.2025		Тема: обучение техники защиты. Защита по периметру, индивидуальная защита. Развитие силы. Учебная игра.	
19	05.11.2025		Тема: Совершенствование техники броска мяча. Постановки рук, бросок от груди. Броски одной рукой от плеча. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
20	06.11.2025		Тема: обучение техники броска мяча после ведения. Ведение - два шага – бросок с правой и с левой стороны. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
21	12.11.2025		Тема: совершенствование техники ведения мяча. Ведение левой, правой руками. Попеременно. Закрывание мяча торсом. Развитие силы. Учебная игра.	
22	13.11.2025		Тема: тактические действия в нападении. Заслоны, передвижения, отскок. Развитие реакции и быстроты. Учебная игра.	
23	19.11.2025		Тема: обучение техники штрафного броска. Постановка рук. Толчок мяча. Амплитуда полета мяча. Развитие силы. Учебная игра.	
24	20.11.2025		Тема: совершенствование техники передвижения в баскетболе. Передвижения шагом, бегом, прыжками. Постановка ног, бег на короткие дистанции. Учебная игра.	
25	26.11.2025		Тема: совершенствование техники передвижения с мячом и без мяча. Развитие быстроты. Челночный бег. Учебная игра.	
26	27.11.2025		Тема: совершенствование техники остановки. Остановки прыжком. Остановка и бросок. Развитие выносливости. Учебная игра.	
27	03.12.2025		Тема: совершенствование техники передачи мяча. Работа в двойках восьмерках. Работа с набивными мячами. Учебная игра.	
28	04.12.2025		Тема: совершенствование техники ловли мяча. Ловля и бросок. Ловля мяча одной рукой. Развитие выносливости. Учебная	

			игра	
29	10.12.2025		Тема: совершенствование техники броска мяча. Броски с места и в движении, с разворота и крюк. Развитие силы. Учебная игра.	
30	11.12.2025		Тема: совершенствование техники броска мяча после ведения. Ведение- два шага – бросок с правой и с левой стороны. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
31	17.12.2025		Тема: совершенствование техники ведения мяча. Ведение с ускорением, спиной вперед. Развитие выносливости. Учебная игра.	
32	18.12.2025		Тема: совершенствование техники поворотов. Уход от защиты. Повороты при ведении. Повороты на бросок. Развитие выносливости. Учебная игра.	
33	24.12.2025		Тема: общая техника игры в баскетбол. Индивидуальная работа каждого игрока. Развитие силы. Учебная игра.	
34	25.12.2025		Тема: совершенствование техники защиты. Защитные стойки. Защита по периметру. Индивидуальная защита. Развитие скоростно - силовых качеств. Учебная игра.	
35	14.01.2026		Тема: общая техника игры в баскетбол. Индивидуальная работа каждого игрока. Развитие силы работа. Учебная игра.	
36	15.01.2026		Тема: совершенствование техники отбора мяча. Выбивание, вырывание. Работа на быстроту. Перехваты мяча. Развитие выносливости. Учебная игра.	
37	21.01.2026		Тема: совершенствование техники подбора мяча от щита. Работа над отскоком от щита. Упражнения на быстроту. Развитие прыгучести. Учебная игра.	
38	22.01.2026		Тема: совершенствование техники передачи мяча. Работа в двойках восьмерках. Подбор мяча – передача мяча – атака на кольцо. Учебная игра.	
39	28.01.2026		Тема: совершенствование техники защиты. Тактические действия. Расстановка игроков индивидуальная защита от центра площадки. Развитие выносливости. Учебная игра.	
40	29.01.2026		Тема: совершенствование техники защиты. Тактические действия. Расстановка игроков индивидуальная защита сразу после забитого мяча (прессинг). Развитие выносливости. Учебная игра.	
41	04.02.2026		Тема: совершенствование техники нападения. Тактика ведения атаки. Постановка заслонов. Групповые действия, индивидуальные действия.	
42	05.02.2026		Тема: совершенствование техники	

			штрафного броска. Постановка рук, ног при броске. Траектория полета. Развитие выносливости. Учебная игра.	
43	11.02.2026		Тема: совершенствование техники дальнего броска. Броски мяча с периметра с разных точек работа с набивными мячами. Учебная игра.	
44	12.02.2026		Тема: совершенствование техники броска мяча после ведения. Ведение- два шага – бросок с правой и с левой стороны. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
45	18.02.2026		Тема: совершенствование техники броска со средней дистанции с пяти точек. Развитие силы. Учебная игра	
46	19.02.2026		Тема: Подвижные игры. Совершенствование техники защиты (треугольник игрок – кольцо – мяч). Развитие выносливости. Учебная игра.	
47	25.02.2026		Тема: совершенствование техники передач и бросков мяча в движении. Учебная игра.	
48	26.02.2026		Тема: совершенствование техники игры в баскетбол. Финты. Финты с мячом и без него. Финты на ведение и бросок. Развитие прыгучести учебная игра.	
49	04.03.2026		Тема: совершенствование техники перехвата, вырывания, выбивания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
50	05.03.2026		Тема: совершенствование тактики защиты. Защитник против двух нападающих. Противодействие при бросках мяча в корзину. Учебная игра.	
51	11.03.2026		Тема: совершенствование техники защиты. Накрывание мяча спереди при броске в корзину. Способы передвижения с техническими приемами игры в защите. Учебная игра.	
52	12.03.2026		Тема: совершенствование техники ведения мяча, броска в кольцо. Баскетбольные эстафеты.	
53	18.03.2026		Тема: совершенствование техники защиты. Действие защитников при пробитии штрафных и розыгрыше спорных мячей. Развитие скоростно – силовых качеств. Учебная игра.	
54	19.03.2026		Тема: совершенствование техники броска мяча. Броски с места и в движении, с разворота и крюк. Развитие силы. Учебная игра.	
55	25.03.2026		Тема: совершенствование техники отбора мяча. Выбивание, вырывание. Работа на быстроту. Перехваты мяча. Развитие выносливости. Учебная игра.	

56	26.03.2026		Тема: совершенствование техники броска мяча после ведения. Ведение- два шага – бросок с правой и с левой стороны. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
57	01.04.2026		Тема: совершенствование техники передвижения с мячом и без мяча. Развитие быстроты. Челночный бег. Учебная игра.	
58	02.04.2026		Тема: совершенствование техники ведения с переводами (под ногой; по «восьмёрке»; с изменением высоты отскока перекладывая кубики) и передач мяча во встречных колоннах. Учебная игра.	
59	08.04.2026		Тема: совершенствование техники подбора мяча от щита. Работа над отскоком с щитом. Упражнения на быстроту. Развитие прыгучести. Учебная игра.	
60	09.04.2026		Тема: тактические действия в нападении. Заслоны, передвижения, отскок. Развитие реакции и быстроты. Учебная игра.	
61	15.04.2026		Тема: совершенствование техники передачи мяча. Работа в двойках восьмерках. Подбор мяча – передача мяча – атака на кольцо. Учебная игра.	
62	16.04.2026		Тема: совершенствование техники дальнего броска. Броски мяча с периметра с разных точек работа с набивными мячами. Учебная игра.	
63	22.04.2026		Тема: общая техника игры в баскетбол, ведение передачи, броски мяча. Развитие быстроты, Учебная игра.	
64	23.04.2026		Тема: совершенствование техники владения мячом: ловля, передача, броски кольцо, ведение мяча, финты. Учебная игра.	
65	29.04.2026		Тема: общая техника игры в баскетбол. Индивидуальная работа каждого игрока. Развитие силы. Учебная игра.	
66	30.04.2026		Тема: совершенствование техники индивидуальных, групповых и командных действий в нападении. Учебная игра.	
67	30.04.2026		Тема: совершенствование техники индивидуальных, групповых и командных действий в защите. Учебная игра.	
68	06.05.2026		Тема: совершенствование техники нападения и защиты. Товарищеская игра.	
69	06.05.2026		Тема: теория – основы техники и тактик баскетбола. Развитие общей выносливости.	
60	06.05.2026		Тема: совершенствование техники передачи мяча. Работа в двойках восьмерках. Подбор мяча – передача мяча – атака на кольцо. Учебная игра.	
61	07.05.2026		Тема: совершенствование техники передачи мяча. Работа в двойках восьмерках. Подбор мяча – передача мяча – атака на кольцо.	

			Учебная игра.	
62	07.05.2026		Тема: обучение техники броска мяча после ведения. Ведение - два шага – бросок с правой и с левой стороны. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
63	13.05.2026		Тема: Ведение мяча. Двойной шаг с ведением. Двухсторонняя игра.	
64	13.05.2026		Тема: теория – основы техники и тактик баскетбола. Правила игры. Развитие общей выносливости.	
65	14.05.2026		Тема: общая техника игры в баскетбол, ведение передачи, броски мяча. Развитие быстроты, учебная игра.	
66	14.05.2026		Тема: обучение техники передвижения в баскетболе. Передвижения шагом, бегом, прыжками. Постановка ног, бег на короткие дистанции. Учебная игра.	
67	20.05.2026		Тема: обучение техники остановки. Остановка шагом, прыжком. Развитие прыгучести. Учебная игра	
68	20.05.2026		Тема: обучение передачи мяча. Передача мяча от груди, из-за головы, в прыжке, одной рукой. Развитие быстроты реакции. Учебная игра.	
69	27.05.2026		Тема: обучение техники ловли мяча. Ловля мяча над головой, на уровне груди, катящегося мяча, мяча с отскоком. Развитие выносливости учебная игра.	
70	27.05.2026		Тема: обучение техники броска мяча. Постановки рук, бросок от груди. Броски одной рукой от плеча. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	
71	28.05.2026		Тема: обучение техники ведения мяча. Ведение левой, правой руками. Попеременно. Закрывание мяча торсом. Развитие силы. Учебная игра.	
72	28.05.2026		Тема: обучение техники поворотов. Повороты на месте. Повороты- передачи мяча. Развитие быстроты. Бег на короткие дистанции. Учебная игра.	

ЛИСТ КОРРЕКЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

педагога дополнительного образования _____
по _____

[illegible]

[illegible]

[illegible]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279261

Владелец Левин Алексей Алексеевич

Действителен с 19.03.2025 по 19.03.2026