

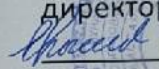
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
г. БЕЛИНСКОГО ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ИМЕНИ ВИССАРИОНА ГРИГОРЬЕВИЧА БЕЛИНСКОГО

442250 Пензенская область, г. Белинский, ул. Ленина, д.47,

ИНН 5810004517 ОГРН 1025801069458

☎ тел.(2-11-74)

Одобрено на заседании
педсовета
протокол № 1 от
27.08.2020 г.

«Утверждаю»
директор школы
 Крымова И.В.
Приказ № 110 от
31.08.2020 г.



Дополнительная общеобразовательная программа

Баскетбол

Программа рассчитана на детей от 10 до 17 лет.

Срок реализации программы - 2 года

Направление – спортивно-оздоровительное

Количество учащихся в группах: 1 года обучения - 25 человек,

2 год обучения – 20 человек,

Программу составил : учитель физкультуры – Ларин А. В.

г. Белинский

2020-2021 учебный год

Пояснительная записка.

Программа по баскетболу разработана для учащихся 11-17 лет на основе нормативных документов Министерства образования и науки Российской Федерации, в том числе новым Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования и действующих образовательных программ по физической культуре для общеобразовательных учреждений.

Программа секции по баскетболу рассчитана на школьников 11 – 17 лет МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им В. Г. Белинского. Она предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Все занимающиеся в секции делятся в зависимости от возраста на три учебные программы: группа начальной подготовки второго года обучения – 11-12 лет; Учебно-тренировочной группы первого года обучения – 13-14 лет; второго года обучения 15-17 лет.

Работа секции предусматривает: содействие гармоническому, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся, привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Основной показатель работы секции по баскетболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, техникой, тактикой, теоретической подготовленности.

Основной принцип работы в подготовительной группе – 11-12 лет – универсальность. Исходя из этого, для группы начальной подготовки второго года обучения ставятся частичные следующие задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости, обучение технике стойки и перемещений, ловли и передачи мяча, ведению мяча, привитие стойкого интереса к занятиям баскетболом.

В соответствии с перечисленными задачами происходит распределение учебного времени по видам подготовки. В этой группе основное внимание уделяется физической и технической подготовке.

Основной принцип тренировочной работы в учебно-тренировочных уровнях – дальнейшая всесторонняя подготовка учащихся, а также знакомство с элементами игровой специализации.

Направленность образовательной программы

Направленность дополнительной образовательной программы баскетбола физкультурно-спортивная. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, тренер помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте.

Утверждение подростком себя как «взрослой» личности неразрывно связано с реализацией им собственных потребностей в:

- Самопознании (проявлении интереса к своим взглядам, отношениям, определении своих возможностей);
- Самореализации (раскрытие своих возможностей и личностных качеств);
- Самоидентификации (определении своей принадлежности к тем или иным социальным группам);

Педагогам важно создать для учащихся такое пространство, которое отвечало бы их возрастным потребностям и при этом благоприятно отражалось на нравственном развитии. Тренеры-преподаватели поддерживают природное любопытство учащихся, неуёмную физическую энергию, желание заниматься спортом. Попадая в новую обстановку, учащиеся имеют больше возможностей познакомиться с иными человеческими отношениями.

При повышенных физических нагрузках, сильных эмоциональных переживаниях, включении в групповую работу у них появляется принципиальная возможность проверить себя, показать себя, что-то доказать себе и другим.

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года, принятая Правительством Российской Федерации 7 августа 2009г., определяет основные направления развития и значение физической культуры и спорта в стране как создание условий для здорового образа жизни граждан, приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение массовости физической культуры и спорта, обеспечение доступа к развитой спортивной инфраструктуре, повышение конкурентоспособности российского спорта, пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта.

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

На уроках физической культуры учащиеся получают определенные навыки игры в волейбол, но для этого в учебной программе отведено небольшое количество часов. Этого недостаточно, чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Данные занятия позволяют учащимся получить определённые навыки игры в волейбол. Занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий волейболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений. Занятия рассчитаны на учащихся с 11-17 лет и реализуются в течение учебного года. Программа служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки резервов квалифицированных баскетболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста.

Задача: укрепление здоровья и закаливание организма; содействие правильному физическому развитию; повышение уровня общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей; дальнейшее обучение основана техники и тактики игры; выполнение нормативов по видам подготовки.

В учебно-тренировочных группах на фоне уменьшения объема общей физической подготовки учащихся увеличивается объем тактической подготовки.

Формы организации занятий

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Групповые, теоретические и практические занятия,
- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),
- Подвижные игры,
- Эстафеты,
- квалификационные испытания.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники баскетбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

1.11. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Учащиеся должны

Знать:

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- правила игры в баскетбол;
- места занятий и инвентарь.

Уметь:

- выполнять программные требования по видам подготовки;
- владеть основами техники и тактики баскетбола;
- правильно применять технические и тактические приемы в игре.

Знания, умения, навыки, спортивное мастерство, приобретаемые в процессе обучения по данной программе.

Общие:

- внимание,
- чувство коллективизма,
- организованность и сознательная дисциплина,
- интерес к игре в баскетбол.

Специальные:

- навыки соревновательной деятельности,
- быстрота реакции,
- координация движения,
- овладения техническими и тактическими приёмами,
- развитие физических качеств,
- совершенствование спортивного мастерства,

Формы и способы проверки результативности

Основной показатель работы секции по баскетболу - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

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

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

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

Условия реализации программы

Программа рассчитана на 2 года, усложнение материала из года в год происходит по спирали (т. е. возврат к тем же темам, но с более широким и углубленным изучением), с учетом индивидуальных способностей детей (физических, морально-волевых).

1. Организационно – методические:

- а) связь с методическими центрами города и района для успешной координации работы;
- б) постоянная связь с другими спортивными учреждениями с целью обмена методическим опытом, проведение товарищеских встреч;
- в) возможность участвовать в районных, зональных, областных соревнованиях.

2. Материально – технические:

- а) спортивный зал;

- б) спортивный инвентарь для каждого ребенка;
- в) учебные пособия;
- г) стенд для отражения спортивных достижений.

Формы оценки результатов программы.

- открытые занятия для педагогов,
- открытые занятия для родителей,
- товарищеские встречи,
- соревнования.

Планирование на 2020-2021 учебный год.

№	Тема занятий	Знать	Уметь	Дата
1	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте.	Технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте.	Выполнять изучаемые упражнения.	
2-3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча.	Технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении.	Выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете.	
4	Закрепление передач двумя руками над головой.	Технику передач двумя руками над головой.	Выполнять передачи одной и двумя руками, повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди.	
5-6	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	Технику передач двумя руками в движении; правила игры.	Выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч».	
7	Закрепление техники броска после ведения мяча.	Технику броска после ведения.	Выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
8-9	Закрепление техники поворотов в движении.	Технику поворотов в движении.	Выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине.	
10	Закрепление техники ловли мяча,	Технику ловли мяча,	Выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в	

	отскочившего от щита.	отскочившего от щита.	движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке.	
11-12	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча.	Технику броска в движении после ловли мяча.	Выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке.	
13	Закрепление техники броскам в прыжке с места.	Технику броскам в прыжке с места.	Выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке.	
14-15	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	Технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	Выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра.	
16	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.	Технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.	Выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
17-18	Учет по технической подготовке.	Технику зачетных упражнений.	Выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
19	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.	Техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.	Выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
20-21	Закрепление техники ведения и передач в движении.	Технику ведения и передач в движении.	Выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 х 2, бросок; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
22	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.	Технику передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.	Выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
23-24	Закрепление техники отвлекающих действий	Технику отвлекающих	Выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок,	

	на передачу с последующим проходом.	действий на передачу с последующим проходом.	взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
25	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.	Технику отвлекающих действий на бросок.	Выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре.	
26-27	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание.	Технику передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание.	Выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат.	
28	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.	Технику выбивания мяча после ведения.	Выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении.	
29-30	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.	Технику атаки двух нападающих против одного защитника.	Выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра.	
31	Закрепление выбивания мяча при ведении.	Технику изучаемых приемов.	Выполнять изучаемый прием - в парах выбивание мяча при ведении ; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Учебная игра.	
32-33	Закрепление передач одной рукой с поворотом.	Технику изучаемых приемов.	Передачи одной рукой с поворотом; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра .	
34	Прием нормативов по технической подготовке	Выполнять на результат.	Штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.	
35-36	Закрепление передач в движении в парах	Технику изучаемых приемов.	Повторить выбивание мяча при ведении , бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; .Передачи в движении в парах ; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах, игроки соревнуются между собой. Учебная игра.	
37	Закрепление передач в тройках в движении	Технику изучаемых приемов.	Передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра.	
38-39	Закрепление передач в тройках в движении.	Технику изучаемых	Передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи	

		приемов.	на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра.	
40	Закрепление передач в движении.	Технику изучаемых приемов.	Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 х 1; 3 х 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра	
41-42	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	Технику изучаемых приемов.	Борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 х 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах; Учебная игра	
43	Закрепление техники передач мяча.	Технику изучаемых приемов.	Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная игра.	
44-45	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.	Технику изучаемых приемов.	Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра.	
46	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока.	Технику изучаемых приемов.	Передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра.	
47-48	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.	Технику изучаемых приемов.	Ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Учебная игра	
50-51	Закрепление через центрального, заслоны.	Технику изучаемых приемов.	Броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра.	
52	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	Технику изучаемых приемов.	Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра.	
53-54	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой».	Технику изучаемых приемов.	Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра.	
55	Прием нормативов по технической подготовке.	Выполнить на результат.	Штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.	

56-57	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника.	Технику изучаемых приемов.	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний	
58	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	Технику изучаемых приемов.	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний	
59-60	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	Технику изучаемых приемов.	Учебная игра. Броски.	
61	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	Технику изучаемых приемов.	Учебная игра. Броски.	
62-63	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры.	Технику изучаемых приемов.	«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски. Учебная игра.	
64	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры.	Технику изучаемых приемов.	«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски. Учебная игра.	
65-66	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Технику изучаемых приемов.	«Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра.	
67	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Технику изучаемых приемов.	«Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра.	
68-69	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Технику изучаемых приемов.	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении; Учебная игра	
70	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Технику изучаемых приемов.	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении; Учебная игра.	
71-72	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на	Технику изучаемых приемов.	Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в	

	центрального игрока		прыжке. Учебная игра .	
73	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Технику изучаемых приемов.	Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра .	
74-75	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	Технику изучаемых приемов.	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра	
76	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	Технику изучаемых приемов.	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра.	
77-78	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие.	Технику изучаемых приемов.	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра.	
79	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие.	Технику изучаемых приемов.	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра.	
80-81	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	Технику изучаемых приемов.	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра.	
82	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	Технику изучаемых приемов.	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра.	
83-84	Закрепление пройденного материала	Технику изучаемых приемов.	Учебная игра. ОФП.	
85	Закрепление пройденного материала	Технику изучаемых приемов.	Учебная игра. ОФП.	
86-87	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	Технику изучаемых приемов.	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра.	
88	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	Технику изучаемых приемов.	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра.	

89-90	Прием нормативов по технической и специальной подготовки.	Выполнить на результат.	Бег челночным способом, бег на 30 м. с максимальной скоростью.	
91	Закрепление техники добивания мяча в корзину.	Технику изучаемых приемов.	Добивание мяча в корзину; переключения - подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра	
92-93	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.	Технику изучаемых приемов.	Передачи в парах; нападение в тройкой с активным заслоном; броски с сопротивлением. Учебная игра.	
94	Закрепление техники бросков и передач в движении	Технику изучаемых приемов.	Броски и передачи в движении; плотная опека на $\frac{3}{4}$ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния	
95-96	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	Технику изучаемых приемов.	Ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча; Учебная игра.	
97	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	Технику изучаемых приемов.	Борьбы за мяч, отскочившего от щита выполняется на двух щитах; зонная защита 2+1+2 и игра против неброски с места с расстояния 6 – 7 м. Учебная игра.	
98-99	Закрепление бросков в движении.	Технику изучаемых приемов.	Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Учебная игра.	
100	Прием нормативов по технической и специальной подготовке.	Выполнить на результат.	Сдача нормативов. Учебная игра.	
101	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки.	Технику изучаемых приемов.	Учебная игра .	
102	Совершенствование в технических приемах	Технику изучаемых приемов.	Технические приемы; ловля мяча двумя руками с полукоскока в движении; зонная защита 1+3+1; вбрасывание мяча из-за боковой линии с наведением на двух центровых; Учебная игра.	

Литература

1. *Марков К. К.* Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
2. *Матвеев Л. П.* Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
3. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
4. *Никитушкин В.Г., Губа В.П.* Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
6. *Платонов В. Н.* Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.