Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 9-11 классов», В.И.Лях, А.А.Зданевич, Москва, Просвещение, 2010 г., Спортивные игры. «Юный баскетболист». Пособие для тренеров. Е.Р. Яхонтова, Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.

Срок реализации программы – 3 год. Уровень обучения – базовый. Программа ориентирована на учащихся (9-11 классы). Планирование рассчитано на 3 часа в неделю, 108 часов в год.

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Спортивные игры. Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. 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. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации. 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 15-17 лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные взаимодействия в нападении и защите.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому.

Цели программы

1.Содействовать укреплению здоровья детей.

2.Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся.

Задачи программы :

1. Расширение двигательного опыта за счет овладения действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья;

2. Совершенствование функциональных возможностей организма;

3. Формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;

4. Обучение основным элементам игры в баскетбол.

Литература

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.

2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:

3. Байгулов Ю. П:, Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивныe игры, 1973, N3

4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.

5. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.

6. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.

7. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.

8. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Программный материал по спортивным играм. Баскетбол; Внеклассная работа. Спортивные секции. Баскетбол.

(Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятий | Коли  чество  часов | Дата | коррекция | Основное содержание | Знания,  Умения,  Навыки |
| 1 | Инструктаж по технике безопасности: ИОТ № 002-2013. | 1 |  |  | технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте | выполнять изучаемые упражнения |
| 2 | Правила поведения на занятиях. | 1 |  |  | технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте | выполнять изучаемые упражнения |
| 3 | Правила поведения на занятиях | 1 |  |  | технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении | выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете |
| 4 | Стойка игрока. | 1 |  |  | 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 | Стойка игрока. | 1 |  |  | технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении | выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете |
| 6 | Передвижение в стойке приставными шагами левым и правым боком. | 1 |  |  | 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 | Передвижение в стойке приставными шагами левым и правым боком | 1 |  |  | 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» |
| 8 | Повороты на месте. | 1 |  |  | технику броска после ведения | выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 9 | Повороты на месте | 1 |  |  | технику поворотам в движении | выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине |
| 10 | Остановка прыжком. | 1 |  |  | технику ловли мяча, отскочившего от щита | выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке |
| 11 | Остановка прыжком | 1 |  |  | 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 |
| 12 | Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди на месте, в парах. | 1 |  |  | 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 |
| 13 | Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди на месте, в парах. | 1 |  |  | технику передач одной рукой сбоку | выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра |
| 14 | Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди в движении, в парах и тройках. | 1 |  |  | технику передач одной рукой в прыжке | выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра |
| 15 | Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди в движении, в парах и тройках. | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении | выполнять передачи в парах, в тройках, |
| 16 | Ловля и передача мяча 2-мя руками в парах и кругу. | 1 |  |  | технику передач бросков в прыжке после ведения мяча | 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 | Ловля и передача мяча 2-мя руками в парах и кругу. | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 18 | Ловля и передача мяча со сменой мест. | 1 |  |  | 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 |
| 19 | Ловля и передача мяча со сменой мест | 1 |  |  | технику ведения и передач в движении | выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 х 2, броски, ; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 20 | Передача мяча с отскоком от пола. | 1 |  |  | 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 |
| 21 | Передача мяча с отскоком от пола. | 1 |  |  | 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 |
| 22 | Передача одной рукой от плеча. | 1 |  |  | технику отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 23 | Передача одной рукой от плеча. | 1 |  |  | технику отвлекающих действий на бросок | выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 24 | Передача одной рукой снизу | 1 |  |  | технику передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание | выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат |
| 25 | Передача одной рукой снизу | 1 |  |  | технику выбивания мяча после ведения | выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении |
| 26 | Взаимодействие двух игроков с передачами мяча. | 1 |  |  | технику атаки двух нападающих против одного защитника | выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 х 1; игра |
| 27 | Взаимодействие двух игроков с передачами мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов |  |
| 28 | Взаимодействие двух игроков с передачами мяча. | 1 |  |  | технику выбивания мяча после ведения | выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении |
| 29 | Взаимодействие двух игроков с передачами мяча. | 1 |  |  | 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 |
| 30 | Ведение мяча на месте правой и левой рукой. | 1 |  |  | выполнять на результат | Передачи одной рукой с поворотом ; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра |
| 31 | Ведение мяча на месте правой и левой рукой. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска |
| 32 | Ведение мяча шагом и бегом правой и левой рукой. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска |
| 33 | Ведение мяча шагом и бегом правой и левой рукой. | 1 |  |  | 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. |
| 34 | Ведение мяча с изменением направления и скорости движения. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра. |
| 35 | Ведение мяча с изменением направления и скорости движения. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра. |
| 36 | Ведение мяча с изменением высоты отскока шагом и бегом. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 х 1; 3 х 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра |
| 37 | Ведение мяча с изменением высоты отскока шагом и бегом. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 х 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрового; броски в прыжке с сопротивлением – в парах; Учебная игра |
| 38 | Ведение шагом и бегом с обводкой стоек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрового игрока; выбивание мяча; учебная игра |
| 39 | Ведение мяча с изменением высоты отскока шагом и бегом. | 1 |  |  | 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. |
| 40 | Ведение шагом и бегом с обводкой стоек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Передачи в движении; нападение через центрового игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра. |
| 41 | Ведение шагом и бегом с обводкой стоек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Ведение мяча и выбивание; нападение через центрового, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Учебная игра |
| 42 | Взаимодействие трех игроков с передачами и ведением мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Броски в движении с двух сторон; нападение через центрового, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра. |
| 43 | Взаимодействие трех игроков с передачами и ведением мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Броски в движении с двух сторон; нападение через центрового, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра. |
| 44 | Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча. | 1 |  |  | выполнить на результат | Передачи; нападение «тройкой»- подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра |
| 45 | Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска |
| 46 | Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | технику изучаемых приемов  штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска |
| 47 | Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов |  |
| 48 | Бросок мяча в кольцо 2-мя руками от груди на месте. | 1 |  |  | 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 |
| 49 | Бросок мяча в кольцо 2-мя руками от груди на месте. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Учебная игра. Броски |
| 50 | Бросок мяча в кольцо после ловли. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | «Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 Х 1, 3 Х 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра. |
| 51 | Бросок мяча в кольцо после ловли. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | «Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 Х 1, 3 Х 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра. |
| 52 | Бросок мяча в кольцо после ведения. | 1 |  |  | 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 |
| 53 | Бросок мяча в кольцо после ведения. | 1 |  |  | 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 |
| 54 | Бросок мяча в кольцо с заданных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрового игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центровому; броски в прыжке. Учебная игра |
| 55 | Бросок мяча в кольцо с заданных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрового игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра |
| 56 | Бросок мяча в кольцо с заданных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрового игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра |
| 57 | Бросок мяча в кольцо с разных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы);выполнение технических приемов; Учебная игра |
| 58 | Бросок мяча в кольцо с разных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы);выполнение технических приемов; Учебная игра |
| 59 | Бросок мяча в кольцо с разных точек. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра |
| 60 | Бросок мяча в кольцо с разных точек. | 1 |  |  | выполнить на результат | Учебная игра. ОФП. |
| 61 | Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов. | 1 |  |  | выполнить на результат | Учебная игра. ОФП. |
| 62 | Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра. |
| 63 | Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Бег челночным способом, бег на 22 м.с максимальной скоростью; |
| 64 | Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Добивание мяча в корзину; переключения- подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра |
| 65 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча с места. | 1 |  |  |  | Передачи в парах; нападение втройкой с активным заслоном; броски с сопротивлением. У. игра |
| 66 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча с места. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Броски и передачи в движении; плотная опека на ¾ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния |
| 67 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ловли. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Броски и передачи в движении; плотная опека на ¾ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния |
| 68 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ловли. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 69 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ведения. | 1 |  |  | выполнить на результат | Уметь выполнять технические элементы |
| 70 | Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ведения | 1 |  |  | выполнить на результат | Уметь выполнять технические элементы |
| 71 | Штрафной бросок. | 1 |  |  | технику технических приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 72 | Штрафной бросок. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Борьбы за мяч, отскочившего от щита выполняется на двух щитах; зонная защита 2+1+2 и игра против не броски с места с расстояния 6 – 7 м. Учебная игра |
| 73 | Штрафной бросок | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 74 | Штрафной бросок | 1 |  |  | технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте | Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); |
| 75 | Бросок одной рукой сверху на месте. | 1 |  |  | технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте | Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Учебная игра |
| 76 | Бросок одной рукой сверху на месте. | 1 |  |  | технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении | Сдача нормативов. Учебная игра |
| 77 | Бросок одной рукой сверху на месте. | 1 |  |  | технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении | Сдача нормативов. |
| 78 | Бросок одной рукой сверху на месте. | 1 |  |  | технику передач двумя руками над головой | Учебная игра |
| 79 | Бросок одной рукой сверху в движении. | 1 |  |  | технику передач двумя руками в движении; правила игры | Технические приемы; ловля мяча двумя руками с полуотскока в движении; зонная защита 1+3+1; вбрасывание мяча из-за боковой линии с наведением на двух центровых; Учебная игра |
| 80 | Бросок одной рукой сверху в движении. | 1 |  |  | технику передач двумя руками в движении; правила игры | Технические приемы; ловля мяча двумя руками с полуотскока в движении; зонная защита 1+3+1; вбрасывание мяча из-за боковой линии с наведением на двух центровых; Учебная игра |
| 81 | Бросок одной рукой сверху в движении. | 1 |  |  | технику броска после ведения | выполнять изучаемые упражнения |
| 82 | Бросок одной рукой сверху в движении. | 1 |  |  | технику броска после ведения | выполнять изучаемые упражнения |
| 83 | Бросок «крюком». | 1 |  |  | технику поворотам в движении | выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете |
| 84 | Бросок одной рукой сверху в движении. | 1 |  |  | технику поворотам в движении | выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете |
| 85 | Бросок «крюком». | 1 |  |  | технику ловли мяча, отскочившего от щита | выполнять передачи одной и двумя руками , повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди |
| 86 | Бросок «крюком». | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 87 | Бросок от головы в прыжке. | 1 |  |  | технику броска в движении после ловли мяча | выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч» |
| 88 | Бросок от головы в прыжке. | 1 |  |  | технику броска в движении после ловли мяча | выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч» |
| 89 | Бросок от головы\* в прыжке. | 1 |  |  | технику броскам в прыжке с места | выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 90 | Бросок от головы\* в прыжке |  |  |  | технику броскам в прыжке с места | выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре |
| 91 | Разыгрывание спорного мяча. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 92 | Разыгрывание спорного мяча. | 1 |  |  | технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине |
| 93 | Индивидуальная защита. | 1 |  |  | технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине |
| 94 | Индивидуальная защита. | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, | Уметь выполнять технические элементы |
| 95 | Индивидуальная защита. | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке |
| 96 | Индивидуальная защита. | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке |
| 97 | Подбор мяча в защите. | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | 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 |
| 98 | Подбор мяча в защите. | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | 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 |
| 99 | Подбор мяча в защите. | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | 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 |
| 100 | Подбор мяча в защите. | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 101 | Вырывание и выбивание мяча после подбора. | 1 |  |  | технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине |
| 102 | Вырывание и выбивание мяча после подбора. | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, | Уметь выполнять технические элементы |
| 103 | Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке |
| 104 | Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | 1 |  |  | технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке |
| 105 | Закрепление техники передач на месте | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | 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 |
| 106 | Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | 1 |  |  | технику зачетных упражнений | 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 |
| 107 | Закрепление пройденного материала | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы |
| 108 | Итоговое занятие | 1 |  |  | технику изучаемых приемов | Уметь выполнять технические элементы.  Учебная игра |