

Департамент образования Администрации города Тюмени

МАОУ гимназия №12 города Тюмени

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей предметов
естественнонаучного цикла и
физической культуры
руководитель МО

Толстогузова И.Л.

Протокол № 1
от «26» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

Годунко В.С.

«29» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ гимназии № 12
города Тюмени

Трифонов М.И.

Приказ № 193/ОД
от «31» августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ**

«Баскетбол

8-11 КЛАССЫ

Составитель: Шахворостов Н,А

учитель физической культуры,

Пояснительная записка

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 приходится 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 пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Программа по баскетболу для учащихся 9-11 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об **актуальности программы**.

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Вид программы - модифицированная

Цели и задачи

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи программы:

обучающие

1) Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

воспитательные

2) содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;

3) воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;

развивающие

4) способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости

5) развивать координационные способности и силу воли.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностей детей **14-16 лет**.

Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее.

Срок реализации программы – 1 год.

Формы занятий: теоретические, практические, участие в соревнованиях.

Особенности набора детей – свободный набор

Прогнозируемые результаты и способы их проверки:

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Формирование универсальных учебных действий

УУД	Характеристика основных видов деятельности ученика
Знания о физической культуре	
Личностные, коммуникативные	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривать физическую культуру как явление культуры; • 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 баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками; • руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; • руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	
Личностные, коммуникативные,	<ul style="list-style-type: none"> • использовать занятия кружка и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

регулятивные	<ul style="list-style-type: none"> • взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.
Физическое совершенствование	
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации); • выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности; • выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см).

Возраст	Пол	Оценка высоты прыжка		высокий
		средний	выше среднего	
14 лет	Д М	24-28 25-30	29-33 31-35	34 и выше 36 и выше
15 лет	Д М	25-30 28-33	31-35 34-38	36 и выше 39 и выше
16 лет	Д М	25-31 31-36	32-37 37-41	38 и выше 42 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

Класс	Девочки			Мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
14 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
15 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
16 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1

Передачи и броски мяча.

№ п/п	Контрольные упражнения	Возраст		
		14	15	16
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество).	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий).	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий).	7	8	9

Уровень результатов работы по программе:

Приобретение социальных знаний (первый уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (второй уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень)
Занятия в секции, овладение техникой игры в баскетбол		
Участие в школьных спортивных соревнованиях, месячниках		
Организация соревнований по баскетболу для учащихся начальной школы, судейство на соревнованиях		

Система отслеживания и оценивания результатов обучения.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;

- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;

- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

- соревнования школьного, районного и краевого масштабов.

Тематическое планирование

№ занятия	Название темы
1-4	Скоростно-силовые упражнения
5-6	Бег на выносливость, прыжковые упражнения
7-8	Развитие координационных способностей, прыжковые упражнения
9-10	Ведение мяча. Передачи мяча.
11-12	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча по кольцу со средней дистанции.
13-14-15	Штрафной бросок. Заслоны
16-17-18	Заслоны. Финты. Быстрый прорыв.
19-20-	Зонная защита.

21	
22- 23	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.
24- 25	Держание мяча(в зависимости от ситуации). Уход с места(скрестный).
26- 27	Остановка в один контакт, в два контакта. Пивотирование на месте(с мячом, без мяча).
28- 29	Дриблинг(на месте, движении).Обводящие передачи(в пол, по воздуху).
30- 31	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Выход для получения мяча.
31- 32- 33	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Бросок в проходе после остановки в один контакт+скрестное подшагивание.
34- 35- 36	Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Постановка спины игроку с мячом.
37- 38	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Подбор в защите.
39- 40- 41	Совершенствование всех видов бросков. Проход-скидка.
42- 43- 44	Бросок в проходе снизу. Бросок с отклонением. Противодействия броску.

45- 46	Групповые взаимодействия в защите .Противодействия заслону.
47- 48- 49	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения .Серийные заслоны.
50- 51- 52	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Освобождение от заслона.
53- 54- 55	Подбор в защите. Перехват передачи.
56- 57- 58	Отбор мяча у игрока, остановившего ведение. Ротация в защите трех игроков. Раннее нападение.
59- 60- 61	Перемещение в защите с игроком с мячом(работа рук и ног в зависимости удаленности от кольца),различные способы перемещения,защитный шаг, рывок.
62- 63- 64	Развитие скоростных способностей. Координация движений.
65- 66- 67- 68	Укрепление мышечного корсета, связочного аппарата. Повышение высоты прыжка, прыжковой выносливости .Скоростная выносливость.

Содержание обучения.

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2008) и комплексной программы физического воспитания учащихся I-XI классов (В.И.Лях, Л.А.Зданевич, «Просвещение». М. 2008). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Развитие баскетбола в России.

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Соблюдение санитарной – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Общая и специальная физическая подготовка.

Единая спортивная классификация. Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Костно-мышечная система, ее строение, функции.

Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Индивидуальные действия при нападении.

Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. Совершенствование техники передвижений.

Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).

Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. Командные действия в нападении. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.

Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».

Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Бросок мяча в движении с одного шага. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.

Основы техники и тактики игры

Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Действия одного защитника против двух нападающих.

Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.

Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. Ведение мяча с изменением высоты отскока.

Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.

Техническая подготовка юного спортсмена. Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.

Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».

Сущность и назначение планирования и его виды. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.

Контрольные игры и соревнования

Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Совершенствование техники ведения мяча. Учет в процессе спортивной тренировки. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.

Тестирование

История развития баскетбола. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Методическое обеспечение программы

Формы организации работы с детьми

- Групповые учебно-тренировочные занятия.
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
- Восстановительные мероприятия.
- Участие в матчевых встречах.
- Участие в соревнованиях.
- Зачеты, тестирования.

Принципы организации обучения

1. Принцип доступности и индивидуализации
2. Принцип постепенности
3. Принцип систематичности и последовательности
4. Принцип сознательности и активности

5. Принцип наглядности

Средства обучения

1. Общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия)
2. Специфические средства (физические упражнения).

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса

1. Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.
2. Наглядный метод: показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками, демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий; методы ориентирования
3. Практический метод
4. Игровой метод
5. Соревновательный метод

Материально-техническое обеспечение занятий

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты тренировочные с кольцами - 6 шт.
2. Мячи баскетбольные - 20 шт.
3. Насос ручной со штуцером - 2 шт;

Список литературы

Литература для педагогов

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И .Нестеровский, М.,ИЦ «Академия,2007»

2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва,1984
3. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б.Мейксон,В.И.Лях-М.:Просвещение,2001
4. «Физическая культура»,В.П. Богословский, Ю.Д. Железняк, Н.П. Клусов-М.:Просвещение,1998.
5. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя/В.И.Лях,Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.-М.:Просвещение,1997,
6. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС,2000
7. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань»,2003»
8. «Физическая культура »Н.В. Решетников Ю.Л. Кислицын Р.Л. Палтикевич Г.И. Погадаев ИЦ «Академия»,2008
9. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум» ,2007

Литература для детей и родителей

1. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000.-352 с.
2. Венгер Л.А. Педагогика способностей. -М.: Просвещение, 1973. - С.79-81.
3. Жданов Л.Н. Возраст спортивных достижений // Теория и практика физ. культуры . -1996.
4. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист. - М., 1987.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ по баскетболу

в рамках внеурочной деятельности ФГОС и образовательной программы дополнительного образования

для 8- 11 классов

№ п/п занятия	Дата: план/ факт	Раздел программы Тема урока	Элементы содержания занятия	Планируемые результаты (в соответствии с целями и задачами программы)	Формы занятия, виды деятельности
		Скоростно-силовые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Бег на выносливость, прыжковые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Развитие координационных способностей,	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. 	- Восстановительные мероприятия.

		прыжковые упражнения	движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Ведение мяча. Передачи мяча.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча по кольцу со средней дистанции.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Штрафной бросок. Заслоны	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.

			сопротивлением защитника и без в тройках.		
		Заслоны. Финты. Быстрый прорыв.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Зонная защита.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Держание мяча(в зависимости от	в тройках. ОРУ в движении, бег с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе 	- Групповые учебно-тренировочные

		ситуации). Уход с места(скрестный).	элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	жизни. <ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	занятия.
		Остановка в один контакт, в два контакта. Пивотирование на месте(с мячом, без мяча).	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Дриблинг(на месте, движении).Обводящие передачи(в пол, по воздуху).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Выход	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

		для получения мяча.	сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Бросок в проходе после остановки в один контакт+скрестное подшагивание.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Постановка спины игроку с мячом.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Подбор в защите.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

			в тройках.		
		Совершенствование всех видов бросков. Проход-скидка.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Бросок в проходе снизу. Бросок с отклонением. Противодействия броску.	в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Групповые взаимодействия в защите. Противодействия заслону.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		нападения. Серийные заслоны.	защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга .Освобождение от заслона.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Подбор в защите. Перехват передачи.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Отбор мяча у игрока,остановившег о ведение.Ротация в защите трех игроков.Раннее нападение.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		Перемещение в защите с игроком с мячом(работа рук и ног в зависимости удаленности от кольца),различные способы перемещения, защитный шаг,рывок.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Развитие скоростных способностей. Координация движений.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Укрепление мышечного корсета ,связочного аппарата. Повышение высоты прыжка ,прыжковой выносливости. Скоростная выносливость.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Скоростно-силовые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. 	- Восстановительные мероприятия.

			мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Бег на выносливость, прыжковые упражнения	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Развитие координационных способностей, прыжковые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Ведение мяча. Передачи мяча.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.

			сопротивлением защитника и без в тройках.		
		Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча по кольцу со средней дистанции.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Штрафной бросок. Заслоны	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Заслоны. Финты. Быстрый прорыв.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Зонная защита.	в тройках. ОРУ в движении, бег с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе 	- Групповые учебно-тренировочные

			элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	жизни. <ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	занятия.
		Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Держание мяча(в зависимости от ситуации). Уход с места(скрестный).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Остановка в один контакт, в два контакта. Пивотирование на месте(с мячом, без	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

		мяча).	сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Дриблинг(на месте, движении).Обводящие передачи(в пол, по воздуху).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Выход для получения мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Бросок в проходе после остановки в один контакт+скрестное подшагивание.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

		Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Постановка спины игроку с мячом.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Подбор в защите.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Совершенствование всех видов бросков. Проход-скидка.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Бросок в проходе снизу. Бросок с отклонением. Противодействия	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		броску.	защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Групповые взаимодействия в защите. Противодействия заслону.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Серийные заслоны.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Освобождение от заслона.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		Подбор в защите. Перехват передачи.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Отбор мяча у игрока, остановившего ведение. Ротация в защите трех игроков. Раннее нападение.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Перемещение в защите с игроком с мячом(работа рук и ног в зависимости удаленности от кольца),различные способы перемещения, защитный шаг, рывок.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Развитие скоростных	ОРУ в движении, бег с элементами	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе 	- Восстановительные мероприятия.

		способностей. Координация движений.	остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	жизни. <ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Укрепление мышечного корсета, связочного аппарата. Повышение высоты прыжка, прыжковой выносливости. Скоростная выносливость.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Скоростно-силовые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Бег на выносливость, прыжковые упражнения	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.

			сопротивлением защитника и без в тройках.		
		Развитие координационных способностей, прыжковые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Ведение мяча. Передачи мяча.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча по кольцу со средней дистанции.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Штрафной бросок.	в тройках. ОРУ в движении, бег с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе 	- Групповые учебно-тренировочные

		Заслоны	элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	жизни. <ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	занятия.
		Заслоны. Финты. Быстрый прорыв.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Зонная защита.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

			сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Держание мяча(в зависимости от ситуации). Уход с места(скрестный).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Остановка в один контакт, в два контакта. Пивотирование на месте(с мячом, без мяча).	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Дриблинг(на месте, движении).Обводящие передачи(в пол, по воздуху).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

		Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Выход для получения мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Бросок в проходе после остановки в один контакт+ скрестное подшагивание.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Постановка спины игроку с мячом.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Подбор в защите.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

			защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Совершенствование всех видов бросков. Проход-скидка.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Бросок в проходе снизу. Бросок с отклонением .Противодействия броску.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Групповые взаимодействия в защите. Противодейст вия заслону.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Серийные заслоны.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Освобождение от заслона.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
	Подбор в защите. Перехват передачи.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
	Отбор мяча у игрока, остановившего ведение. Ротация в защите трех игроков.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта 	- Восстановительные мероприятия.

		Раннее нападение.	движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	«баскетбол» в школе, стране. <ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Перемещение в защите с игроком с мячом(работа рук и ног в зависимости удаленности от кольца),различные способы перемещения, защитный шаг, рывок.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Развитие скоростных способностей. Координация движений.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Укрепление мышечного корсета, связочного аппарата. Повышение высоты прыжка, прыжковой выносливости.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.

		Скоростная выносливость.	сопротивлением защитника и без в тройках.		
		Скоростно-силовые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Бег на выносливость, прыжковые упражнения	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Развитие координационных способностей, прыжковые упражнения	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Ведение мяча.	в тройках. ОРУ в движении, бег с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе 	- Групповые учебно-тренировочные

		Передачи мяча.	элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	жизни. <ul style="list-style-type: none"> • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	занятия.
		Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча по кольцу со средней дистанции.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Штрафной бросок. Заслоны	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Заслоны. Финты. Быстрый прорыв.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

			сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Зонная защита.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Держание мяча(в зависимости от ситуации). Уход с места(скрестный).	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.

		Остановка в один контакт, в два контакта. Пивотирование на месте(с мячом, без мяча).	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Дриблинг(на месте, движении).Обводящие передачи(в пол, по воздуху).	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Выход для получения мяча.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Бросок в проходе после остановки в один	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		контакт+ скрестное подшагивание.	и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Постановка спины игроку с мячом.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Подбор в защите.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Совершенствование всех видов бросков. Проход-скидка.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

		Бросок в проходе снизу. Бросок с отклонением. Противодействия броску.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.
		Групповые взаимодействия в защите. Противодействия заслону.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Серийные заслоны.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Применение изученных взаимодействий в условиях личного	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта 	- Восстановительные мероприятия.

		прессинга. Освобождение от заслона.	движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	«баскетбол» в школе, стране. <ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	
		Подбор в защите. Перехват передачи.	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без в тройках.	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые учебно-тренировочные занятия.
		Отбор мяча у игрока, остановившего ведение .Ротация в защите трех игроков. Раннее нападение.	ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
		Перемещение в защите с игроком с мячом(работа рук и ног в зависимости удаленности от кольца),различные способы перемещения, защитный шаг,	в тройках. ОРУ в движении, бег с элементами остановки двумя шагами. Ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте. То же самое с сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча с сопротивлением защитника и без	<ul style="list-style-type: none"> • Основы знаний о здоровом образе жизни. • Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране. • Правила игры в баскетбол. • Тактические приемы в баскетболе. 	- Восстановительные мероприятия.

		рывок.	в тройках.		
--	--	--------	------------	--	--