

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КУРЧАТОВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ №2» Г. КУРЧАТОВА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ

Принята на заседании
педагогического совета
от «22» августа 2023 г.
Протокол № 1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»

физкультурно - спортивной направленности
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 11-13 лет
Срок реализации: 1 год, 36 часов

Автор-составитель:
Гармаш Лидия Александровна
педагог дополнительного образования

г. Курчатов, 2023

Пояснительная записка

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана рабочая дополнительная общеобразовательная программа секции «Баскетбол» (физкультурно - спортивной направленности) 11-13 лет

I. Нормативно-правовые основания проектирования Программ:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
2. Федеральный Закон от 14.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России N 391 от 05.08.2020 г. (ред. от 26.07.2022 г.) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 4652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;
11. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
13. Закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г. № 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области»;
14. Устав МБОУ «Гимназии №2» ;
15. Локальные акты МБОУ «Гимназии №2»
16. Правила внутреннего распорядка обучающихся МБОУ «Гимназии №2»

1.2. Направленность дополнительной общеобразовательной программы

Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации школьников. Спорт, в частности на уроках в школе и во внеурочных формах занятий, включает учащихся во множество социальных отношений с учениками других классов и возрастов,

создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде.

Спортивные упражнения, подвижные игры с мячом играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников

В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их школьники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

1.3. Актуальность программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

1.4. Новизна, педагогическая целесообразность

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Программа позволяет последовательно решать задачи подготовки юных баскетболистов, формирования у учащихся целостного представления о баскетболе, о физической культуре, возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное-воспитывать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Рабочая дополнительная общеобразовательная программа секции «Баскетбол» (физкультурно - спортивной направленности) создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении.

1.5. Уровень: стартовый,

- адресат программы (*краткая характеристика психологических, физических особенностей возрастной*

группы, наличие входного мониторинга);

1.6. Объем и срок освоения программы

Рабочая дополнительная общеобразовательная программа секции «Баскетбол» (физкультурно - спортивной направленности) предназначена для детей 5-6 классов, имеющих медицинские показания, и рассчитана на один год обучения. Занятия проводятся в групповой форме, продолжительностью 2 академический часа с перерывами, в зависимости от возрастной группы и задач этапа обучения. Содержание данной программы рассчитано на систему двух занятий в неделю.

1.7. формы обучения: *очная,*

1.8. Режим занятий: Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Вторник с 14.20 - 15.50 - 5 класс

Среда с 14.20 - 15.50 - 6 класс

1.9. Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования детей

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

Групповые учебно-тренировочные занятия;

Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

Восстановительные мероприятия;

Участие в матчевых встречах;

Участие в соревнованиях;

Зачеты, тестирования;

Конкурсы, викторины.

•

2.0. Особенности организации образовательного процесса

Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).
- *сетевая форма, с применением дистанционных образовательных технологий*

2.1. Уровень программы — «Стартовый»..

2.2. Требование к уровню подготовленности

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Техническая подготовка:

Занимающийся в секции должен:

Овладеть всеми известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.

Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в

разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы.

Овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей.

Тактическая подготовка:

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива.

Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите.

Сформированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника. Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

2.3. Комплекс основных характеристик программы:

2.4. Цель программы: *создание условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия баскетболом, формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков.*

В процессе реализации данной программы предполагается решение следующих задач:

2.5. Задачи:

мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;
помощь в осуществлении самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности;
совершенствование функциональных возможностей организма;
формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

2.6. Планируемые результаты

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся **должны знать:**

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий по баскетболу;
- название разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения на развитие физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

уметь :

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по баскетболу; играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

2.7. Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической и определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2009) и комплексной программы физического воспитания учащихся I-XI классов (В.И.Лях, Л.А.Зданевич, «Просвещение».М. 2011). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Распределение учебного времени по реализации видов подготовки в процессе занятий школьной секции по баскетболу для учащихся 9 -11-х классов представлено в примерном учебном плане.

2.8. Учебно-методическое обеспечение дополнительно-образовательной программы

Имеются спортивные сооружения для занятий секции по баскетболу. Кроме того есть в наличии подсобные помещения: раздевалки, комната для хранения инвентаря.

Педагог должен систематически оценивать реакцию учащихся на предлагаемую нагрузку, следить за самочувствием воспитанников, вовремя замечать признаки утомления и предупреждать

перенапряжение, а также обязан сформировать у учащихся необходимые умения и навыки по отношению к спортивной одежде, обуви, гигиене, режиму дня и питанию юного спортсмена, по технике безопасности и самоконтролю за состоянием здоровья.

Для каждой возрастной группы занимающихся программой предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

2.9. Комплекс организационно-педагогических условий:

- **Оценочные материалы;**
- **Формы аттестации;**
- **Методические материалы:**

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы учебного занятия	Формы контроля/ аттестации
1.	Основы знаний	<p>1. А.П. Матвеев. Физическая культура. 6-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Физическая культура М.2011г. «Просвещение».</p> <p>2. А.П. Матвеев. Физическая культура.8-9-й классы : учебник для общеобразовательных учреждений .Учебник написан в соответствии с Примерной программой "Физическая культура" с соблюдением требований, заложенных в стандартах второго поколения, и программой А. П. Матвеева "Физическая культура. Основная школа. Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни". 2011год Москва « Просвещение».</p> <p>3. Рабочая программа «Физическая культура 5 – 9 классы» Автор: Матвеев А.П.М. “Просвещение”,2012; Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001. Журнал «Физическая культура в школе» Теория и методика физического воспитания В.М Качашкон 2007 г. Организация работы спортивных секций в школе А.Н.Каинов 2009 г.</p>	Групповое, теоретическое занятия	

2.	Передвижения и остановки	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Индивидуальное, групповое	
3	Ловля и передача мяча	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Теоретическое. групповое	
4	Передача мяча	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое, теоретическое	
5	Ведение мяча	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое, индивидуальное, теоретическое	
6	Броски мяча	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое, индивидуальное	
7	Отбор мяча	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое	
8	Финты	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое, индивидуальное	
9	Выполнение комбинаций	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое	
10	Тактика игры	баскетбольные мячи; сетка баскетбольная; конусы; секундомер, фишки	Групповое	

Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний	3	2	1	
2.	Передвижения и остановки	2		2	2
3	Ловля и передача мяча	4		3	1

4	Передача мяча	4		4	
5	Ведение мяча	4		3	1
6	Броски мяча	7		6	1
7	Отбор мяча	2		2	
8	Финты	2		2	
9	Выполнение комбинаций	3		2	1
10	Тактика игры	5		5	
Итого часов		36	2	34	

Календарный учебный график

Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных занятий	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	2023-2024, 5 класс	01.09	31.05	36	36	72	Вторник с 14.20 - 15.50	-	сентябрь, февраль, май
2	2023-2024, 6 класс	01.09	31.05	36	36	72	среда с 14.20 - 15.50	-	сентябрь, февраль, май

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1	05.09		История возникновения баскетбола. Правила игры. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий	2	Групповое, теоретическое занятия	Спортивный зал	

			баскетболом.				
2	12.09		Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	2	Индивидуальное, групповое, практическое	Спортивный зал	
3	19.09		Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	2	Индивидуальное, групповое, практическое	Спортивный зал	
4	26.09		Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча.	2	Групповое, теоретическое, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование
5	03.10		Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
6	10.10		Ловля мяча после отскока от пола.	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
7	17.10		Ловля высоколетящего мяча на месте и в прыжке.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
8	24.10		Передача мяча одной рукой от плеча	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
9	31.10		Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	

10	07.11		Передача мяча двумя руками сверху	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
11	14.11		Передача мяча ударом об пол.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
12	21.11		Ведение мяча с изменением направления и скорости передвижения	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
13	28.11		Ведение мяча с обводкой препятствий	2	Групповое, практическое, индивидуальное	Спортивный зал	
14	05.12		Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
15	12.12		Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
16	19.12		Бросок мяча одной рукой от плеча с места	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
17	26.12		Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
18	09.01		Бросок мяча в движении	2	Групповое, индивидуальное	Спортивный зал	
19	16.01		Бросок мяча в движении	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
20	23.01		Штрафной бросок	2	Индивидуальное	Спортивный зал	
21	30.01		Штрафной бросок	2	Индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
22	06.02		Штрафной бросок	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование
23	13.02		Вырывание, выбивание и перехват мяча	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
24	20.02		Накрывание мяча при броске	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	

25	27.02		Финты без мяча	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
26	05.03		Финты с мячом	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
27	12.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
28	19.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
29	26.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
30	02.04		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
31	09.04		Тактические действия в баскетболе.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
32	16.04		Взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2Х2)	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
33	23.04		Групповые действия в нападении и защите	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
34	30.04		Взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
35	07.05		Взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование

36	14.05		Судейская практика	2	Теоретическое, групповое, практическое	Спортивный зал	

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1	06.09		История возникновения баскетбола. Правила игры. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.	2	Групповое, теоретическое занятия	Спортивный зал	
2	13.09		Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	2	Индивидуальное, групповое, практическое	Спортивный зал	
3	20.09		Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	2	Индивидуальное, групповое, практическое	Спортивный зал	
4	27.09		Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча.	2	Групповое, теоретическое, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование
5	04.10		Ловля и передача мяча двумя руками от груди	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	

			и одной от плеча.				
6	11.10		Ловля мяча после отскока от пола.	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
7	18.10		Ловля высоколетящего мяча на месте и в прыжке.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
8	25.10		Передача мяча одной рукой от плеча	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
9	01.11		Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
10	08.11		Передача мяча двумя руками сверху	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
11	15.11		Передача мяча ударом об пол.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
12	22.11		Ведение мяча с изменением направления и скорости передвижения	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
13	29.11		Ведение мяча с обводкой препятствий	2	Групповое, практическое, индивидуальное	Спортивный зал	
14	06.12		Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
15	13.12		Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
16	20.12		Бросок мяча одной рукой от плеча с места	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
17	27.12		Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	

18	10.01		Бросок мяча в движении	2	Групповое, индивидуальное	Спортивный зал	
19	17.01		Бросок мяча в движении	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
20	24.01		Штрафной бросок	2	Индивидуальное	Спортивный зал	
21	31.01		Штрафной бросок	2	Индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
22	07.02		Штрафной бросок	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование
23	14.02		Вырывание, выбивание и перехват мяча	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
24	21.02		Накрывание мяча при броске	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
25	28.02		Финты без мяча	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
26	06.03		Финты с мячом	2	Групповое, индивидуальное, практическое	Спортивный зал	
27	13.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
28	20.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
29	27.03		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
30	03.04		Комбинации из основных элементов баскетбола.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
31	10.04		Тактические действия в баскетболе.	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
32	17.04		Взаимодействие двух нападающих	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	

			против двух защитников (2X2)				
33	24.04		Групповые действия в нападении и защите	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
34	08.05		Взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	Зачет, тестирование
35	15.05		Взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)	2	Групповое, практическое	Спортивный зал	
36	22.05		Судейская практика	2	Теоретическое, групповое, практическое	Спортивный зал	