

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Желтоярская средняя общеобразовательная школа»

РЕКОМЕНДОВАНА

Педагогическим советом
Протокол № 1 от «29» августа 2019 г

УТВЕРЖДЕНА

Директор МОУ Желтоярской СОШ
_____ Е.Н. Лиман
Приказ № 131 от «03» сентября 2019 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Спортивные игры»**

Учитель: Утенков Михаил Терентьевич
Количество часов в год: 68 часов
Количество часов в неделю: 2 часа

Пояснительная записка

Программа составлена на основе программы Е.Г. Яхонтова «Путешествие в страну Баскетболию», « Физкультура и спорт», 2012г. Образовательная область спортивных игр призвана сформулировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии своих физических и психических качеств. В процессе освоения учебного материала обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психического и социального начало в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы. Спортивные игры характеризуются целенаправленным развитием и совершенствованием духовных и природных сил, которые вступают как цель и условие развития личности.

Освоение спортивных игр (волейбол, футбол, баскетбол) учащимися осуществляется в единстве с содержанием важнейших организационных форм педагогического процесса, как участие в соревнованиях и тренировочных играх.

Для овладения приемами техники и тактики игры используются следующие методы:

Целостный, расчлененный, игровой и соревновательный.

Основными средствами являются физические упражнения, вспомогательными - естественные силы природы и гигиенические факторы.

Основной формой проведения секции являются учебно-тренировочные занятия.

Целью программы физического воспитания учащихся, основанная на спортивных играх, является:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;
- развитие основных двигательных качеств

Программа позволяет последовательно решать **задачи** физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения на занятиях спортивных играх, формируя учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол, волейбол, футбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игры таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей учащихся. Поэтому задача развития способностей считается такой же важной, как и задача обучения.

В разделе *«общая физическая подготовка»* даны упражнения, строевые команды и другие необходимые двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. Постепенно, по мере овладения учащимся школой движения и формирования определенных двигательных навыков и умений, доля общеразвивающих упражнений должна снижаться. В то же время значительно возрастает доля специальных упражнений.

В разделе *«Специальная физическая подготовка (техника и тактика)»* представлен материал по баскетболу, волейболу и футболу способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам. Уже с 8 класса многие учащиеся должны

принимать участие в различных соревнованиях по спортивным играм, разбираясь и хорошо зная правила соревнований.

Учитель может успешно обучать на занятиях основам техники и тактики, применяя различные методические приемы и рациональные способы организации упражнений. При этом необходимо решить две задачи: повысить качество обучения и достичь оптимальной физической нагрузки на занятиях. Одним из таких приемов обучения является выделение и разучивание основы технического приема или тактического действия. Этой основой может быть часть приема из его двигательного состава, а также одна из его биомеханических характеристик.

В разделе «*практические умения и педагогический контроль*» приведены контрольные вопросы, упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности учащихся.

Качество учебного процесса во многом зависит от правильности его планирования. Для этого необходимо составить годовой план распределения прохождения учебного материала, предусмотрев три спортивных игры, и на их основе разрабатывать учебно-тренировочные планы.

Выполнение задач обучения во многом зависит от подбора подводящих упражнений, четкого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, широкого использования наглядных пособий и технических средств обучения. Важное условие результативного обучения — точный показ разучиваемых движений, необходимое количество повторений упражнений не только на одном занятии, но и в целой системе учебно-тренировочных занятий. В ходе всех занятий следует постоянно обращать внимание учащихся на правильное выполнение всех заданных движений.

В целях успешного решения вопросов физической подготовленности всех школьников необходим индивидуальный подход в части требований к выполнению учебных нормативов. Здесь возможны различные варианты оценивания учащихся с учетом прироста в их двигательной и технической подготовленности.

При организации занятий следует строго соблюдать правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательной школе.

Цель данной программы:

Способствовать освоению учащимися основных социальных норм, необходимых им для полноценного существования в современном обществе, в первую очередь ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья.

Основные задачи:

- Мотивировать школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- Обучать школьников способами овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности.
- Формировать жизненно важные двигательные умения и практические навыки, развивать способность управлять движениями собственного тела.
- Содействовать укреплению здоровья, физическому развитию, закаливанию организма, повышению уровня сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам жизни.
- Создать условия для самореализации детей, т.е. предоставить им право на самоутверждение в коллективе, на уважительное отношение к себе.
- Воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, уметь сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других товарищей.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Формирование у детей положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
2. Формирование навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
3. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
4. Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
5. Снижение последствий умственной нагрузки.
6. Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр, подвижных игр и умение применять игры в самостоятельных занятиях и в повседневной жизни.

Ожидаемые личностные результаты:

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы секции являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; — видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Требования к уровню начальной подготовки.

Учащийся должен знать:

- историю и основные этапы развития спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол;
- содержание раздела «баскетбол», «волейбол», «футбол» в школьной программе по физическому воспитанию;
- правила самостоятельного выполнения скоростных и силовых упражнений. Проведение занятий физическими упражнениями самостоятельно.
- правила техники безопасности и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.
- правила соревнований по баскетболу, волейболу, футболу;

Учащийся должен уметь:

- выполнять основные технические и тактические приемы игры «баскетбол»: ловлю и передачу мяча двумя руками и одной рукой, дриблинг, бросок мяча с места и в движении.
- умение вести двухстороннюю игру с соблюдением правил.
- участвовать во всех соревнованиях, судить соревнования по баскетболу.

- выполнять основные технические и тактические приемы игры «волейбол»: прием и передачу мяча, различные виды подач,
- умение вести двухстороннюю игру с соблюдением правил.
- участвовать во всех соревнованиях, судить соревнования по волейболу.
- выполнять основные технические и тактические приемы игры «футбол»: подача мяча, бег с ведением мяча, пас, удар по воротам, игра головой, фланговые передачи и завершение атаки, игра вратаря.
- умение вести двухстороннюю игру с соблюдением правил.
- участвовать во всех соревнованиях, судить соревнования по футболу..

Содержание учебного материала

Раздел «Основы знаний»

Тема: « История и основные этапы развития баскетбола, волейбола, футбола. Судейство»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать историю возникновения игры баскетбол, волейбола, футбола ;
- применять правила игры баскетбол, волейбол, футбол;
- понимать влияния развитие спортивных игр на укрепление здоровья;

Содержание учебного материала:

Происхождение игры, основные этапы развития спортивной игры баскетбол, волейбол, футбол.

Пять основных условий игры ,правила игры в баскетбол. Правила волейбола, футбола . Терминология. Судейство.

Тема: «Правила самоконтроля и техника безопасности во время занятий»

По итогам освоения содержание темы ученик:

- знать правила регулирования физических нагрузок;
- знать формы контроля и уметь осуществлять контроль за физической нагрузкой;
- уметь наблюдать за индивидуальным здоровьем;
- соблюдать технику безопасности на занятиях;

Содержание учебного материала:

Понятие « физическая нагрузка» и способы ее измерения. Интенсивность и объем физической нагрузки. Контроль физической нагрузки и ее регулирование во время занятий физическими упражнениями (по частоте сокращений, внешним признакам, самочувствию) .Наблюдение за индивидуальным здоровьем, физической работоспособностью и умственной работоспособностью.

Ведение дневника самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, состоянием здоровья и работоспособностью.

Раздел «Общефизическая подготовка»

Кроссовая подготовка. Метание гранаты. Низкий старт. Бег на короткие дистанции. Низкий старт. Финиширование. Попеременное пробегание отрезков.

Эстафетный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Кроссовая подготовка. Подвижные игры. Русская лапта. Занятия в тренажёрном зале. Прыжки в длину с места и с разбега.

Раздел «Специальная подготовка»

Тема: «Техника и тактика игры в баскетбол

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать основы судейства в спортивной игре баскетбол;
- владеть техникой основных двигательных действий и тактикой игры б/л.

- уметь использовать игру баскетбол для рационального организации досуга и физического совершенствования.

Содержание учебного материала:

Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и в защите. Классификация тактики. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков «передал мяч и выходи», «треугольник». Командные действия – система быстрого прорыва. Взаимодействие двух игроков

«подстраховка». Личная система защита. Упражнения. Освобождение от опеки защитника и выход на свободное место; приемы ловли и передачи мяча; броски мяча в корзину; приемы ведения и обводки; финты с выбором места на площадке; заслоны (внешние и внутренние); упражнения: «малая восьмерка»), «тройка с забеганием»; заслоны в движении; пересечение, подстраховка; переключение; отступление; проскальзывание; взаимодействие в численном меньшинстве; групповой отбор мяча.

Тема: «Техника передвижений»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать стойку баскетболиста;
- уметь правильно перемещаться в стойке, используя повороты и остановки;

Содержание учебного материала:

Методика обучения техники, передвижений, остановок, основной стойке баскетболиста. Взаимодействие навыков и последовательность обучения основной стойке баскетболиста. Остановка прыжком, на два шага, повороты на опорной ноге на месте, вперед, назад.

Тема: «Техника владения мячом»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать, что такое дриблинг;
- уметь применять дриблинг во время игры;

Содержание учебного материала:

Применение специальных-подводящих и специально-подготовительных упражнений. Ведение мяча с низким и высоким отскоком. Ведение мяча со зрительным контролем и без него, правой и левой рукой. Ведение мяча по правой, с изменением направления и скорости. Обводка соперника с поворотом и переворотом мяча.

Тема: «Техника ловли и передача мяча»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать виды передачи мяча;
- владеть выбором вида передачи;

Содержание учебного материала:

Взаимодействие навыков и последовательность обучения передаче и ловле мяча. Передача двумя от груди, одной от плеча, двумя руками сверху и ловля мяча на месте. Ловля передача в движении. Упражнения. Передача и ловля мяча: в парах на месте, в движении, после ведения. Встречная передача; упражнения: «тройка с забеганием «передай мяч и выходи»; ведение мяча: правой и левой рукой на месте, в движении без зрительного контроля, «восьмеркой», с изменением направления по сигналу, с изменением скорости перемещения; броски: с места, после ведения, штрафные, с разных точек.

Тема: «Техника бросков мяча»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать виды бросков;
- владеть техникой броска мяча в кольцо мяча;

Содержание учебного материала:

Упражнения, используемые при обучении технике броска. Методика обучения. Типичные ошибки и их устранение при обучении. Броски в корзину двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя сверху, с отскоком от щита- на месте. Броски мяча в кольцо в движении одной от плеча, после выполнения двух шагов, бросок «крюк». Броски с различных дистанций, ранее изученным способом.

Тема: «Техника и тактика игры в волейбол»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать основы судейства в спортивной игре волейбол;
- владеть техникой основных двигательных действий и тактикой игры в/л
- уметь использовать игру баскетбол для рационального организации досуга и физического совершенствования.

Содержание учебного материала:

Техника игры в нападении (стойки, передвижения, исходные положения, передачи, подачи, атакующие удары)

Техника игры в защите (прием мяча, блокирование)

Тактика нападения (командные тактические действия, групповые тактические действия, индивидуальные тактические действия)

Тактика защиты: (командные тактические действия, групповые тактические действия, индивидуальные тактические действия)

Тема: «Стойки и перемещения»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать стойку волейболиста;
- уметь правильно перемещаться в стойке, используя в игре;

Содержание учебного материала:

Техника высокой стойки; Техника средней стойки; Техника низкой стойки;

Упражнения для перемещения

Тема: «Техника передачи мяча»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать виды передач;
- уметь выполнять правильную технику передач;

Содержание учебного материала:

Передача мяча двумя руками сверху. Упражнения верхней передачи двумя руками сверху;

Передача мяча двумя руками за голову. Упражнения с использованием передачи за голову;

Передача мяча двумя руками снизу. Упражнения для совершенствования нижних передач.

Тема: «Техника подачи мяча и прием подачи»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать виды подач;
- уметь выполнять различные подачи и выполнение приема подачи.

Содержание учебного материала:

Нижняя прямая и боковая подача, верхняя прямая подача.

Упражнения для совершенствования подач. Техника приема подач.

Тема: «Нападающий удар»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать основное тактическое средство ведения борьбы с противником;
- уметь выполнять нападающий удар в игре.

Содержание учебного материала

Способ выполнения его – прямой нападающий удар по ходу; боковой нападающий удар; с переводом и обманные удары. Упражнения для совершенствования нападающего удара.

Тема: «Блокирование»

По итогам освоения содержание темы ученик должен:

- знать действенное средство нейтрализации нападающих игроков соперника – блок;
- уметь применять блок в игре.

Содержание учебного материала:

Одиночный блок, Групповой блок (двумя, тремя игроками);

Упражнения для совершенствования блока.

Литература

- 1.Абрамов Э.Н ., Бобкова Л.Г. Разработка рабочих программ по учебному предмету « Физическая культура»: Методические рекомендации. – Курган: ИПКиПРО Курганской области, 2006.- 22с.
2. Ауэрбах А. Баскетбол.-М.: Физкультура и спорт, 1981.-159с.
3. Гомельский А.Я. Будни баскетбола.-М. :Физкультура и спорт, 1984.-100с. Ю.Гомельский А.Я.
- 4.Управление командой в баскетболе. -.М.:Физкультура и спорт, 1985.-160с.

5. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола: Учебное пособие.-М.:Физкультура и спорт, 1996.-175с.
6. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболиста.-М.:Физкультура и спорт, 1982.-224с.
7. Бымова Л.В., Короткой И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры.-М.:Физкультура и спорт, 1982.-224с.
8. Ю.Д.Железняк, Л.Н.Слупский .Волейбол в школе.М; Просвет; 1989-127с.
9. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболиста.-М.:Физкультура и спорт, 1982.-224с.
10. Давыдов М.А. Судейство в баскетболе.-М.:Физкультура и спорт, 1983.-128с.
11. Донченко П.И. Баскетбол Методическое пособие.-Ташкент, Медицина, 1986.-214С.
12. Китин Л.С. Индивидуальные упражнения по баскетболу.-М.:Высшая школа, 1992.-108с.
13. М.Кук Сто одно упражнение для юных футболистов –М; АСТ;,, 2003-128с
14. Колос В.М. Баскетбол: теория, практика. Методическое пособие.-Минск:Пламя, 1989.-165с.
15. Леонов А.Д., Малый А.А. Баскетбол: Книга для учащихся.-Киев:Рад.школа, 1989.-101с.
16. Настольная книга учителя физической культуры :Справ.- метод. пособие /сост.Г.И. Погадаев.-М.: «Издательство Фи С», 2000.-470с.
17. Нелидов В.И. Методика обучения технике игры в футбол .-М.:Физкультура и спорт.-1991.-84с.
18. Стонкус С.С. Мы играем в волейбол: Книга для учащихся.-М.:Просвещение, 1984.-64с.
19. Учебник Спортивные и подвижные игры .ФИС, 1989.-339с.

Календарно – тематическое планирование занятий секции «Спортивные игры».

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения	
		план	факт
1	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике. Кроссовая подготовка.		
2	Кроссовая подготовка. Метание гранаты. Низкий старт. Бег на короткие дистанции.		
3	Низкий старт. Финиширование. Попеременное пробегание отрезков.		
4	Эстафетный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Кроссовая подготовка.		
5	Кроссовая подготовка. Низкий старт. Стартовый разгон. Подвижные игры.		
6	Русская лапта.		
7	Занятия в тренажёрном зале.		
8	Низкий старт. Бег 100м. Эстафета 4x200м.		
9	Кроссовая подготовка. Русская лапта.		
10	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Как добиться сбалансированного взаимодействия систем организма?		
11	Ведение мяча различными способами.		
12	Ловля мяча после ведения. Ловля и передача мяча от груди двумя руками.	03.11	
13	Эстафеты с ведением и передачами мяча. Упражнения для развития ловкости.	07.11	
14	Занятия в тренажёрном зале.	10.11	
15	Ловля мяча после ведения. Совершенствование ведения мяча.	17.11	
16	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	21.11	
17	Бег с изменением направления и остановкой по зрительным сигналам.	24.11	
18	Передвижения в защитной стойке в различных направлениях – вперёд, назад, влево, вправо.	28.11	
19	Остановка двумя шагами после ведения мяча. Челночный бег 4x10м.	01.12	
20	Остановка двумя шагами после ловли мяча в движении. Броски набивного мяча через голову в парах.	05.12	
21	Совершенствование остановки двумя шагами с последующей передачей.	08.12	
22	Занятия в тренажёрном зале.	12.12	
23	Ловля и передача мяча, на месте и с шагом вперёд, от груди двумя руками.	15.12	
24	Ловля и передача мяча двумя руками от груди со сменой мест. Правило «Мёртвого мяча».	19.12	
25	Ловля и передача мяча в движении от игрока, стоящего на месте.	22.12	
26	Челночный бег на отрезке 10м по 5 раз. Ловля и передача мяча в круге	26.12	

27	Ловля и передача мяча в тройках. Ведение мяча в высокой стойке.	05.01	
28	Ведение мяча в высокой и средней стойке на месте и с продвижением вперёд.	09.01	
29	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке шагом и бегом, по прямой.	12.01	
30	Совершенствование ловли и передачи мяча в парах от груди двумя руками.	16.01	
31	Ведение мяча с изменением направление движения.	19.01	
32	Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7сек.	23.01	
33	Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой без сопротивления защитника.	26.01	
34	Метание мяча в цель с различного расстояния. Подвижные игры и эстафеты с мячом.	02.02	
35	Бросок мяча одной рукой и двумя с места с близкого расстояния.	06.02	
36	Бросок одной рукой от плеча в движении после ловли от партнёра.	09.02	
37	Совершенствование остановки «двумя шагами». Подвижная игра «Квадрат».	13.02	
38	Игровые упражнения с мячами в сочетании с прыжками, метанием, бросками.	16.02	
39	Занятие в тренажёрном зале.	20.02	
40	Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	23.02	
41	Одиночные и многократные прыжки с места и небольшого разбега.	27.02	
42	Ловля и передача мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча.	02.03	
43	Ловля и передача двумя руками на месте в прыжке. Игра по упрощённым правилам.	06.03	
44	Ловля и передача мяча от груди двумя руками в парах с продвижением вперёд.	09.03	
45	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Жонглирование баскетбольными мячами.	13.03	
46	Занятие в тренажёрном зале.	16.03	
47	Ведение мяча с пассивным сопротивлением. Перемещения в стойке баскетболиста	20.03	
48	Остановка «прыжком» после ведения. Повороты с мячом после остановки.	23.03	
49	Бросок в движении после ловли мяча. Бег с ускорениями «сериями» на 10м.	27.03	
50	Бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием.	30.03	
51	Вырывание и выбивание мяча на месте.	03.04	
52	Выбивание мяча, перехват. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах.	06.04	
53	Комбинация: перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение.	10.04	
54	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте, обводка 4 стоек, передача.	12.04	
55	Сочетание приёмов: передача мяча, ловля мяча в движении, бросок одной рукой от головы в движении.	13.04	
56	Нападение быстрым прорывом(2:1) Наклоны туловища вперёд, в положении сидя.	16.04	
57	Учебная игра по правилам мини-баскетбола. Приседания с	17.04	

	грузом на плечах, выпрыгивание из упора присев.		
58	Перебежки без мяча в сочетании с остановками и поворотами. Бег с преодолением препятствий.	19.04	
59	Передвижения парами в нападении и защите лицом друг к другу. В парах передача набивного мяча.	20.04	
60	Передача и ловля мяча при встречном движении Прыжки на двух ногах через гимнастические скамейки.	24.04	
61	Ловля и передача мяча в тройках с продвижением вперед.	27.04	
62	Ловля и передача мяча в тройках с продвижением вперед с пассивным сопротивлением.	04.05	
63	Учебная игра по правилам. Правила самостоятельного выполнения силовых упражнений.	08.05	
64	Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой с пассивным сопротивлением.	11.05	
65	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения.	15.05	
66	Бросок одной рукой с места со средней дистанции. Бег с изменением ритма, темпа.	18.05	
67	Совершенствование техники ведения. Перемещения в стойке, перебежки без мяча. Учебная игра.	22.05	
68	Передача мяча в парах, тройках с продвижением вперед. Учебная игра по правилам баскетбола	25.05	