Управление образования администрации Кемеровского муниципального округа
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно - образовательный (профильный) центр»
Кемеровского муниципального округа

Принята на заседании
педагогического совета
«25» мая 2023 г.
Протокол № 3 от 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУ ДО «ДООпЦ»
Кемеровского муниципального округа
_____Н.Б. Оркина
«25» мая 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности

«БАСКЕТБОЛ»

Срок реализации 8 лет
(стартовый уровень 1-3 года обучения, базовый уровень 4-6 года обучения, продвинутый уровень 7-8 год обучения)
для учащихся: 8– 18 лет

Разработчики:
Мамаев Е.А – методист
Гордеева Т.А. – зам. директора по БОП
Долгов Н.Н – педагог дополнительного образования

Кемеровский муниципальный округ, 2023 г

Управление образования администрации Кемеровского муниципального округа
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно - образовательный (профильный) центр»
Кемеровского муниципального округа

Принята на заседании
педагогического совета
«25» мая 2023 г.
Протокол № 3 от 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУ ДО «ДООпЦ»
Кемеровского муниципального округа
_____Н.Б. Оркина
«25» мая 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности

«БАСКЕТБОЛ»

Срок реализации 8 лет
(стартовый уровень 1-3 года обучения, базовый уровень 4-6 года обучения, продвинутый уровень 7-8 год обучения)
для учащихся: 8– 18 лет

Разработчики:
Мамаев Е.А – методист
Гордеева Т.А. – зам. директора по БОП
Долгов Н.Н – педагог дополнительного образования

Кемеровский муниципальный округ, 2023 г

Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол», разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021)
2. Приказ министерства просвещения российской федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) утвержденные Министерством образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
4. Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
6. Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;
9. Устав и локальные акты МБУ ДО «ДООпЦ» Кемеровского муниципального округа.

Направленность программы: *физкультурно-спортивная.*

Актуальность программы «Баскетбол» определяется запросом со стороны родителей и детей. Программа направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, но и в обеспечении организации содержательного досуга, удовлетворения потребности детей в двигательной активности, формирование социально полноценной личности, владеющей культурой жизненного самоопределения, формирование новых ценностных ориентиров подрастающего поколения на здоровый образ жизни. Спорт в системе дополнительного образования включает обучающихся во множество социальных отношений со сверстниками, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в образовательной среде.

Отличительная особенность – это разнообразие форм занятий: академическая форма занятия предназначена для начинающих заниматься физическими упражнениями и для слабо подготовленных спортсменов. Учебно-тренировочная форма сочетает в себе большую долю обучения с выполнением тренировочных упражнений. Тренировочная форма занятия обеспечивает достижение спортивного мастерства. Модельная форма имеет направленность и построение таких занятий, как тренировочные, но проводимых в условиях, моделирующих соревнование и его обстановку.

Адресат программы: программа рассчитана на детей 8-18 лет, количество учащихся в группе 15-25 человек.

К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физкультурно-спортивной деятельности.

Программа «Баскетбол» разноуровневая.

Стартовый уровень в учебном году режим занятий: 3 раза в неделю по 1 академическому часу, 38 недель, всего - 114 ч. (июль, август занятия по индивидуальному плану). Всего 342 часа на весь период обучения, 114 недель, 27 месяцев, 3 года;

Базовый уровень в учебном году режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа, 38 недель всего - 228 ч. (июль, август занятия по индивидуальному плану). 684 часов на весь период обучения, 114 недель, 27 месяцев, 3 года.

Продвинутый уровень в учебном году режим занятий: 3 раза в неделю по 3 академических часа (2ч. + 1ч.) дополнительный час для одаренных и талантливых детей), всего 38 недель, - 342 ч. (июль, август занятия по индивидуальному плану). 684 часов на весь период обучения, 84 недели, 18 месяцев, 2 года.

Срок реализации 8 лет (стартовый уровень 1, 2, 3года обучения, базовый уровень 1, 2, 3 года обучения, продвинутый уровень 1, 2 года обучения)

Форма обучения и режим занятий: очная, очно-заочная. (ФЗ ст.17, п.2,4) Программа предусматривает: проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебного плана, приемных, выпускных и переводных контрольных нормативов; регулярное участие в соревнованиях и проведение контрольных игр; осуществление восстановительно – профилактических мероприятий; просмотр учебных кинофильмов, видеозаписей, соревнований, прохождение инструкторской и судейской практики; организацию систематической воспитательной работы, привитие юным спортсменам навыков спортивной этики, организованности, дисциплины, любви и преданности своему коллективу.

Цель и задачи программы

Цель. Сформировать базовые знания, умения и навыки игры в баскетбол, а также вовлечение в систему регулярных занятий физической культурой и спортом.

Задачи программы**:**

- обучить основам техники и тактики игры в баскетбол;
- сформировать навыки деятельности игрока совместно с партнерами;
- достигать высокого уровня основных физических качеств;
- воспитывать волевые качества;
- приобретать теоретические знания и практические навыки по методике обучения и тренировки, планированию, контролю, восстановлению, судейству, организации соревнований и т. д.

Результатом реализации Программы является**:**

Стартовый уровень - устойчивый интерес обучающихся к занятиям избранным видом спорта;

- владение основами техники и тактики избранного вида спорта; - повышение уровня физической подготовленности обучающихся;

- знание основ безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях, правил эксплуатации оборудования и спортинвентаря;

- знание основ гигиены и закаливания организма;

- соблюдение обучающимися режима дня и питания;

- всестороннее гармоничное развития физических и морально-волевых качеств обучающихся, необходимых для занятий избранным видом спорта;

- понимание важности самоконтроля в процессе занятий спортом;

- знание основ антидопинговых правил и правил их соблюдения;

- знание основ судейства в избранном виде спорта.

-выполнение обучающимися контрольно-переводных нормативов (испытаний).

Базовый уровень - понимание обучающимися роли физической культуры и спорта в формировании личностных качеств; - повышение уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности обучающихся; - углубление знаний обучающихся о физиологических

механизмах развития двигательных навыков; - соблюдение обучающимися режима дня, питания, учебно-тренировочных занятий;
- применение обучающимися знаний основ саморегуляции;
- ведение дневника самоконтроля; - сформирована мотивация обучающихся на достижение спортивных результатов;
- соблюдение обучающимися правил безопасности на учебно-тренировочных занятиях, правил эксплуатации оборудования и спортинвентаря;
- ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний);
- приобретение обучающимися опыта инструкторской и судейской практики: умение вести наблюдение за другими обучающимися, видеть и исправлять ошибки; участвовать в судействе в роли секретаря, ведение протоколов;
- участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году.

Продвинутый уровень - знание роли и места олимпийского движения на развитие системы спортивных соревнований;
- совершенствование уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности обучающихся;
- соблюдение режима учебно-тренировочных занятий, включая самостоятельную подготовку; режима спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- знание основ профилактики травматизма;
-знание принципов анализа и самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся;
- закрепление знаний антидопинговых правил, отсутствие нарушений;
- выполнение плана индивидуальной подготовки;
- участие в судействе в роли судьи, арбитра, секретаря;
- ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний);
-демонстрация высоких спортивных результатов в официальных спортивных соревнованиях.

Основными итоговыми формами проверки результативности дополнительной общеразвивающей программы являются соревнования и контрольные нормативы. Контрольные испытания проводятся не менее пяти раз в год.

Для организации итогового контроля физической подготовленности обучающихся используются нормативы физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) утвержденные Постановлением правительства Российской Федерации от 13 марта 2013 года № 540 соответствующие возрасту обучающихся.

Темы контрольных бесед для определения уровня теоретической подготовленности на тренировочном этапе спортивной подготовки:

1. Физическая культура и спорт в России.
2. Состояние и развитие баскетбола.
3. Сведения о строении и функциях организма человека.
4. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
6. Правила соревнований, их организация и проведение.
7. Основы техники и тактики игры в баскетбол.
8. Основы методики обучения баскетболу.
9. Планирование и контроль тренировочного процесса.
10. Оборудование и инвентарь.

Уровень теоретической подготовленности оценивается посредством контрольных бесед во время практических тренировочных занятий, для чего выделяется 5–10 минут времени в различных частях тренировочного занятия.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Содержание программы

Учебный план «Баскетбол», (36 недель в учебном году)

Предметные области	Уровни сложности программы							
	Стартовый уровень			Базовый уровень			Продвинутый уровень	
	Модуль/ кол-во часов					Модуль/ кол-во часов		
	1	2	3	1	2	3	1	2
	3 ч.	3ч.	3ч.	6 ч.	6ч.	6 ч.	9 ч.	9ч.
Т.Б. Теория и методика физической культуры и спорта	2	2	2	6	6	6	6	6
Общая физическая подготовка	42	42	42	88	88	88	109	109
Специальная физическая подготовка	30	30	30	60	60	60	80	80
Техническая подготовка	10	10	10	36	36	36	73	73
Тактическая подготовка	10	10	10	10	10	10	18	18
Психологическая подготовка	2	2	2	6	6	6	18	18
Инструкторская и судейская практика	3	3	3	2	2	2	18	18
Тренировочные мероприятия	6	6	6	6	6	6	6	6
Медицинское обследование и восстановительная мероприятия	1	1	1	2	2	2	2	2
Аттестация. Контрольные испытания	4	4	4	3	3	3	5	5
Участие в соревнованиях	4	4	4	4	4	4	7	7
Всего часов в год	114	114	114	228	228	228	342	342
Контрольные			0	2	2	4	4	4
Отборочные			0	1	1	1	1	2
Основные			0	1	1	1	1	2

Стартовый уровень.

Содержание	месяцы											Кол-во часов
	VIII	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	
Теоретические занятия												
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	1	1										2
2. Физическая культура и спорт в России										1	1	2
3 История развития баскетбола					1	1						2
4.Гигиена тренировочного процесса												
5. Баскетбол как средство физического воспитания			1	1								2
6.Баскетбол на Олимпийских играх.								1	1			2
Итого часов	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	10
Практические занятия:												
1. Общая физическая подготовка	8	8	10	8	8	8	8	8	10	9	10	95
3. Специальная физическая подготовка	3	4	5	5	5	5	3	4	4	3	3	44
4. Техническая подготовка	3	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	50
5 Тактическая подготовка	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	30
6. Игровая подготовка	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	25
7.Контрольные испытания		2		2		2		2		2		10
8.Участие в соревнованиях (указать в каких)			3		3		3			3		12
Итого часов	17	23	27	25	25	25	24	25	25	27	23	100
Всего часов	18	24	28	26	26	26	24	26	26	28	24	108

Базовый уровень

Содержание	месяцы											Кол-во часов
	VIII	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	
Теоретические занятия												
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях	1											1
2. Краткий обзор состояния и развития баскетбола			1	1								2
3. Краткие сведения о строении организма					1	1						2
4. Гигиена тренировочного процесса								1	1			2
5. Организация и проведение соревнований										1		1
Итого часов	1		1	1	1	1		1	1	1		8
Практические занятия:												
1. Общая физическая подготовка	10	12	9	9	7	8	7	7	8	7	7	91
3. Специальная физическая подготовка	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	49
4. Техническая подготовка	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	30
5. Тактическая подготовка	1	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	30
6. Игровая подготовка	1	2	7	5	6	4	5	5	6	6	7	54
7. Контрольные испытания		2		2		2		2		2		10
8. Участие в соревнованиях (указать в каких)			1		1		1				1	4
Первенство МБОУ ДОД «ДООпЦ»												
Приз «Деда мороза»												
Первенство района среди школьников												
Игры по договоренности												
Итого часов	17	24	27	25	25	25	24	25	25	27	24	268
Всего часов	18	24	28	26	26	26	24	26	26	28	24	276

Продвинутый уровень

Содержание	месяцы											Кол-во часов
	VIII	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	
Теоретические занятия												
1. Техника безопасности	1	1										2
2. Тенденции развития баскетбола				1	1							2
3. Основы техники и тактики			2	1								3
4. Практика судейства					1	1						2
5. Морально- волевая подготовка.							1	2				3
6. Основы самостоятельных занятий									1	1	1	3
Итого часов	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	15
Практические занятия:												
1. Общая физическая подготовка	8	9	8	6	9	10	6	7	7	10	10	90
3. СФП	4	5	7	6	7	6	7	6	6	6	5	65
4. Техническая подготовка	7	11	10	7	11	11	10	10	11	10	11	109
5. Тактическая подготовка	2	6	6	7	9	8	6	6	7	6	8	71
6. Игровая подготовка	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	40
7. Контрольные испытания		2		2		2		2		2		10
8. Участие в соревнованиях		2	2	3			2	2	3			14
Первенство МБОУ ДОД «ДООпЦ»												
Приз «Деда мороза»												
Первенство района												
Игры по договоренности по тер.												
Итого часов	23	38	37	34	40	41	35	37	38	38	38	399
Всего часов	24	39	39	36	42	42	36	39	39	39	39	414

Теоретическая подготовка.

Техника безопасности при занятиях спортивными играми, физической культурой. Физическая культура как часть общей культуры общества. Ее значение для укрепления здоровья. История создания баскетбола. Сведения о развитии баскетбола.

Личная гигиена. Гигиена мест занятий. Предупреждение травм. Причина травм. Значение и содержание врачебного контроля.

Технический арсенал баскетболиста: броски, передвижения, повороты, передачи, остановки, ведения. Значение соревнований по баскетболу, их цели и задачи. Виды соревнований. Правила определения победителей в соревнованиях.

Физическая подготовка. Общеподготовительные упражнения.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседание на одной и двух ногах. Преодоление собственного веса и веса партнёра. Переноска

и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту лестнице. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажёрах.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30до 100 м со старта и с ходу максимальной скоростью. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнёра.

Упражнения для развития гибкости. Упражнения с помощью партнёра (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или скакалкой, сложенной вчетверо: наклоны и повороты туловища с различным положение предметов (вверх, вперёд, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги.

Упражнения для развития ловкости. Кувырки вперёд, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперёд, в стороны назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки на батуте. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в вертикальную и горизонтальную цель.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, с переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Подвижные и спортивные игры.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Прыжки в глубину. Бег по лестнице вверх и вниз. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, метаниями. Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересечённой местности от 3 мин до 1 ч (для разных возрастных групп).

Специально подготовительные упражнения.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лёжа) лицом, боком и спиной вперёд. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнёром, в соревновании с партнёром за овладение мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперёд, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в длину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястном суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, тенистыми мячами (сжимание). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положении лежа на спине, на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, хоккейного,

мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1 – 5 кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после попадания в цель. Броски мяча в стену с последующей ловлей. Ловля мяча от стены после поворота, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперёд и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полёта (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием у партнёра.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно.

Техническая подготовка. На освоение ловли и передач мяча. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Ловля мяча двумя руками в прыжке. Ловля мяча двумя руками при встречном движении. Ловля мяча двумя руками при поступательном движении. Ловля мяча двумя руками при движении сбоку. Ловля мяча одной рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Ловля мяча одной рукой в прыжке. Ловля мяча одной рукой при встречном движении. Ловля мяча одной рукой при поступательном движении. Ловля мяча одной рукой при движении сбоку. Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча двумя руками от плеча (с отскоком). Передача мяча двумя руками от груди (с отскоком). Передача мяча двумя руками снизу (с отскоком). Передача мяча двумя руками с места Передача мяча двумя руками в движении. Передача мяча двумя руками в прыжке. Передача мяча двумя руками (встречные). Передача мяча двумя руками (поступательные). Передача мяча двумя руками на одном уровне. Передача мяча двумя руками (сопровождающие). Передача мяча одной рукой сверху. Передача мяча одной рукой от головы. Передача мяча одной рукой от плеча (с отскоком). Передача мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Передача мяча одной рукой снизу (с отскоком). Передача мяча одной рукой с места. Передача мяча одной рукой в движении. Передача мяча одной рукой в прыжке. Передача мяча одной рукой (встречные). Варианты ловли и передач мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника (в различных построениях). Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Ведение мяча с высоким отскоком. Ведение мяча с низким отскоком. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча по дугам. Ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Обводка соперника с изменением высоты отскока.

Обводка соперника с изменением направления. Обводка соперника с изменением скорости. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча

На овладение техникой бросков мяча. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Броски в корзину одной рукой сверху. Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой снизу. Броски в корзину одной рукой сверху вниз. Броски в корзину одной рукой (добивание). Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой с места. Броски в корзину одной рукой в движении. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой (дальние). Броски в корзину одной рукой (средние). Броски в корзину одной рукой (ближние). Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой под углом к щиту. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту. Максимальное расстояние до корзины 3,60 м. Варианты бросков мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.

На освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча. Действия против игрока без мяча и с мячом (вырывание, выбивание, перехват, накрывание). Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаке корзины. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Групповой отбор мяча. Против тройки. Против малой восьмерки. Против сдвоенного заслона. Против наведения на двух. Система личной защиты. Система зонной защиты. Система смешанной защиты. Система личного прессинга. Система зонного прессинга. Игра в большинстве. Игра в меньшинстве.

На освоении тактики игры. Тактика свободного нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Система быстрого прорыва. Система эшелонированного прорыва. Система нападения через центрового.

Система нападения без центрового. Игра в численном большинстве. Игра в меньшинстве. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:3 Игра по упрощенньтм правилам баскетбола.Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:3

Ожидаемые результаты.

Воспитанник будет знать: историю физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества; об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам; об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания

доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Воспитанник будет уметь: планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на занятии новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения; осуществлять судейство соревнований, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владеть необходимыми информационными жестами; демонстрировать высокие спортивные результаты.

Воспитанник сможет решать следующие жизненно-практические задачи: управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований; предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития.

Основными итоговыми формами проверки результативности дополнительной общеразвивающей программы являются соревнования и контрольные нормативы. Контрольные испытания проводятся не менее пяти раз в год. Для организации итогового контроля физической подготовленности учащихся используются нормативы физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) утвержденные Постановлением Правительства Российской Федерации от 13 марта 2013 года № 540 соответствующие возрасту учащихся.

Условия для реализации данной Программы:

Для реализации данной Программы необходим соответствующий учебный инвентарь и оборудование, хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, комнаты для переодевания, соответствующие постановлению Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Условия для проведения занятий по данной Программе.

Материально-техническое обеспечение:

- основной комплект крепления учебного спортивного оборудования;
- комплект для занятий общефизической подготовкой;
- тренажеры и устройства для воспитания и развития физических качеств.
- кольцо для баскетбола - комплект - I;

- стойка баскетбольная - 2 шт.;
- конструкция потолочная баскетбольная - 2 шт.;
- щиты баскетбольные - комплект -1;
- мяч баскетбольный - 15 шт.;
- сетка баскетбольная - 2 шт.
- кольцо баскетбольное уменьшенного диаметра - 2 шт.;
- кольцо баскетбольное на подставке - 3 шт.;
- кольцо для баскетбола настенное - комплект - 6;
- макет защитника - 6 шт.;
- шиты баскетбольные настенные - 6 шт.;
- сетка баскетбольная - 10 шт.;
- магнитные записи.
- игла для накачивания спортивных мячей - 5 шт.;
- насос универсальный для накачивания мячей -3 шт.;
- макет баскетбольной площадки с магнитными фишками - 2 шт.
- весы до I кг. - 3 шт.;
- измеритель высоты установки баскетбольных корзин и щитов -I шт.;
- рулетка металлическая до 50 м. - 1 шт.;
- секундомер двухстрелочный - 3 шт.;
- свисток судейский - 5 шт.;
- шаблон для контроля окружности баскетбольного мяча -1 шт.;
- указка персональных ошибок (с I по 5) для баскетбола;
- флажок красный для баскетбола - 2 шт.;
- указатель времени владения мячом -1 шт.
- компьютер и выход в Интернет (ограниченный доступ).

Информационное обеспечение:

- учебные пособия;
- DVD; CD-диски;
- копилка мультимедийных презентаций по темам.

Методическое обеспечение:

- методические материалы для проведения теоретических занятий;
- методические разработки занятий;
- копилка спортивных достижений учащихся;
- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- информационный стенд;
- стенд «Техника безопасности».

Кадровые условия реализации Программы:

- педагог дополнительного образования со средне специальным или высшим педагогическим образованием по профилю работы.

Формы аттестации.

Для определения результативности в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком разработаны формы аттестации, отражающие достижение цели и выполнения задач по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей Программы «Баскетбол».

На всех этапах подготовки проверка усвоения ими пройденного материала производится на основании выполнения нормативных показателей общей и

специальной физической подготовки и игровой практики.

Три раза в год проводятся контрольное тестирование по обшей и специальной физической и технической подготовке *(Прил.1, Прил.2)*:

- челночный бег 3х10;
- сгибание, разгибание рук в упоре лёжа;
- прыжок в длину с места;
- броски по кольцу с линии штрафного броска (из десяти раз);
- броски по кольцу с разно-удалённых точек (из десяти раз);
- броски по кольцу в движении после ведения и двух шагов (из пяти раз).

Основным способом определения технико-тактических возможностей учащихся является результат участия в контрольных и календарных играх.

• Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе: журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, участие в соревнованиях, аналитический справка по итогам проведения контрольно-переводного тестирования и участия в соревновательных и конкурсных событиях различного уровня, портфолио.

Методические материалы.

Основой организации образовательного процесса являются личностно-ориентированная, игровая и информационно-коммуникационная педагогические технологии.

В процессе обучения применяются следующие методы:

- *словесные* - объяснение, рассказ, беседа, обсуждение и др.;

- *демонстрационные* - показ элементов игры, демонстрация схем, рисунков,видеозаписей и др.;

- *игровые*-упражнения для решения определенных задач на ограниченныхучастках поля с различным количеством занимающихся;

- *соревновательные* – сопоставление подготовленности и возможности игроков.

Занятие состоит из трех взаимосвязанных, но самостоятельных частей: подготовительной (разминка); основной: заключительной (заминка).

Подготовительная часть (разминка) обеспечивает оптимальную эластичность связок, сухожилий, мышц, подвижность звеньев двигательного аппарата и функциональное врабатывание систем организма.

В начале основной части изучается новый учебный материал. Закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий осуществляется в середине и в конце основной части занятия.

В заключительной части занятия подводят итоги, отмечают положительные моменты и допущенные недочеты, дают задание для самостоятельной работы.

Во время занятий обязательно устраиваются перерывы для отдыха.

Образовательная деятельность по Программе осуществляется в очной форме.

Для повышения мотивации к занятиям применяются методы воспитания – убеждение, поощрение, стимулирование.

Выбор формы организации образовательной деятельности зависит от содержания занятия: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Педагогические технологии – технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Анискина С.Н.* Методика обучения тактике игры в баскетбол: метод, разраб./ С.Н. Анискина. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 38 с.

2. *Баула Н.П.* Баскетбол: Тактика игры 5-6 классы / Н.П. Баула, В.И. Кучеренко. – М.: Чистые пруды, 2005. – 32 с.

3. *Верхошанский Ю.В.* Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.

4. *Гатмен Б.* Все о тренировке юного баскетболиста / Б. Гатмен, Т. Финнеган / пер. с англ. Т.А. Бобровой. – М.: АСТ: Астрель, 2007. – 303 с.

5. *Гомельский А.Я.* Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. – М.: Гранд, 1997. – 224 с.

6. *Гомельский А.Я.* Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский. – М.: Гранд, 2002. - 352 с.

7. *Губа В.П.* Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, СВ. Чернов. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 144 с.

8. Лосева И.В. Методика специальной подготовки к СД баскетболистов 17-21 года при переходе в команды высшей лиги: автореферат диссертации на соискание ученой степени канд. пед. наук/И.В.Лосева. – Волгоград, 1997. – 24 с.

9. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации/Министерство спорта РФ. – М.: Советский спорт, 2014. – 132 с.

10. Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки в Российской Федерации: Сборник документов и материалов/Ю.Д.Нагорных, К.В.Вырупаев, И.И.Григорьева, Д.Н.Черноног; под общей редакцией Ю.Д.Нагорных; Министерство спорта РФ. – М.: Советский спорт, 2014. – 295 с

13. Спортивные игры. Учебник для ВУЗов. Том 2/ Под редакцией Ю.Д.Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Изд. Центр Академия, 2004.

14. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

15. Официальные сайты в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

а) http://www.minsport.gov.ru (Минспорт России). б) http://www.consultant.ru (Консультант).

в) http://www.rusada.ru (РУСАДА).

г) www.russiabasket.ru – Официальный сайт РФБ. д) www.fiba.com – Сайт ФИБА.

е)http://минобрнауки.рф/ – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

ж) http://minstm.gov.ru/ – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей

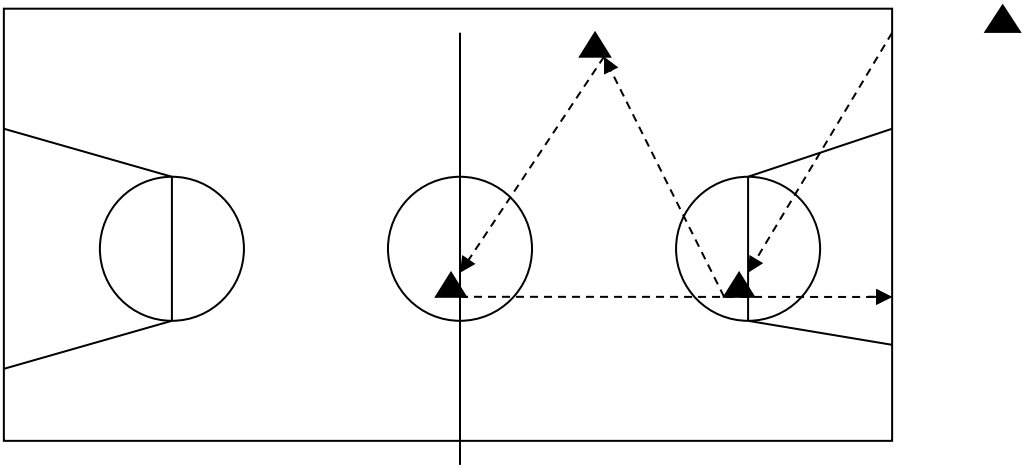
1. Виленский, М.Я. Физическая культура. 5-7 классы пособие для учителя. / М.Я. Виленский, В.Т. Чичикин - М.: Просвещение, 2013.
2. Лях, В.И. Физическая культура. 8 – 9 классы учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А. Зданевич; под ред. В.И.Ляха. – М.: Просвещение, 2009.
3. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы / В.И.Лях. - М.:Просвещение, 2014.
4. Физическая культура. 5 – 7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ Под редакцией М.Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2012
5. Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх: под ред. Черемных А.А.- М.,2017.
6. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами.: Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.
7. Чернов С.В., Костикова Л.В., Фомин С.Г. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование. [Текст]: Учебное пособие. М., ФК, 2009.
8. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов.: Учебное пособие. С-П. 2000. 58 с.

Передвижение.

Игрок находится за лицевой линией. По сигналу испытуемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время в (с). Для всех групп одинаковое задание.

Инвентарь: 3 стойки

СТАРТ



ФИНИШ

Скоростное ведение

Игрок находится за лицевой линией. По сигналу дриблёр начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча и менять ведущую руку . Преодолев последние, пятые ворота, игрок выполняет ведение правой рукой и бросок в движении на 2-х шагах (правой рукой). После броска игрок снимает мяч с кольца и начинает движение в обратном направлении, только ведет правой рукой, а в конце, преодолев последние ворота, выполняет ведение левой рукой и бросок в движении на 2-х шагах левой рукой.

Инвентарь: 10 стоек, 1 баскетбольный мяч

Общие методические указания:

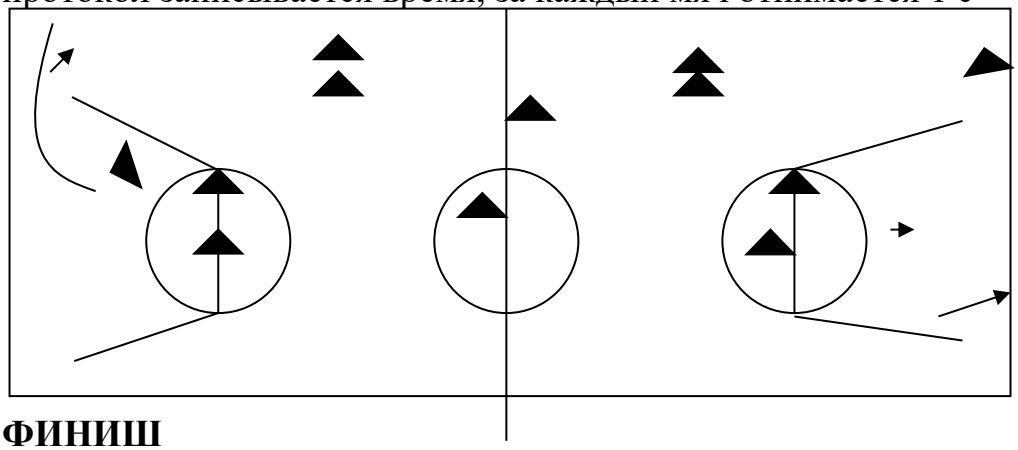
1) *для групп ОФП*

- перевод выполняется с руки на руку
- задание выполняется 2 дистанции (4 броска)

2) *для групп СФП*

- перевод выполняется с руки на руку под ногой
- задание выполняется 3 дистанции (6 бросков)
- перевод выполняется руками на руку за спиной
- задание выполняется 4 дистанции (8 бросков)

Фиксируется общее время и общее количество заброшенных мячей. В протокол записывается время, за каждый мяч отнимается 1 с



ФИНИШ

3. Передачи мяча

Игрок стоит лицом к центральному кольцу. Выполняет передачу в щит, снимает мяч в высшей точке и передаёт его помощнику № 1 левой рукой и начинает движение к противоположному кольцу, получает обратно мяч и передаёт его помощнику № 2 левой рукой и т. д.

После передачи от помощника № 3 игрок должен выполнить атаку в кольцо. Снимает свой мяч и повторяет тот же путь к противоположному кольцу, отдавая передачи правой рукой.

Общие методические указания:

1) для ОФП

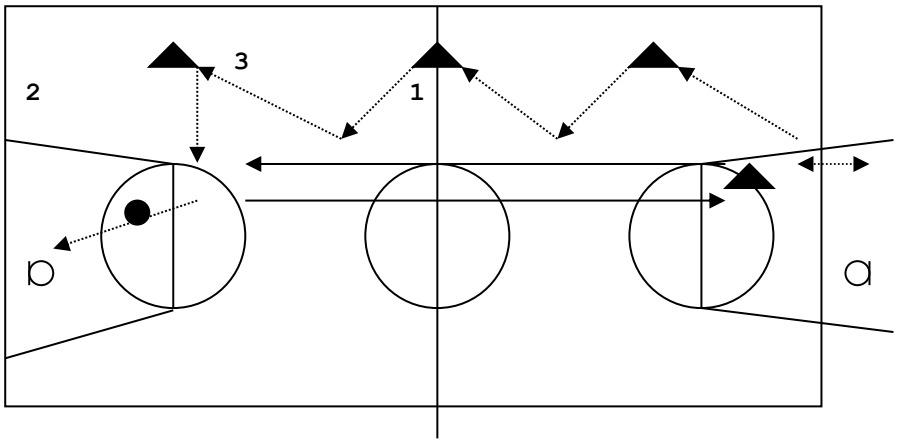
- передачи выполняются одной рукой от плеча
- задание выполняется 2 дистанции (4 броска)

2) *для СФП*

- передачи выполняются об пол
- задание выполняется 3 дистанции (6 бросков)
- задание выполняется 4 дистанции (8 бросков)

Фиксируется общее время выполнения и количество попаданий. В протокол записывается время, за каждый забитый мяч отнимается 1 с [Пр.

Инвентарь: 1 баскетбольный мяч.



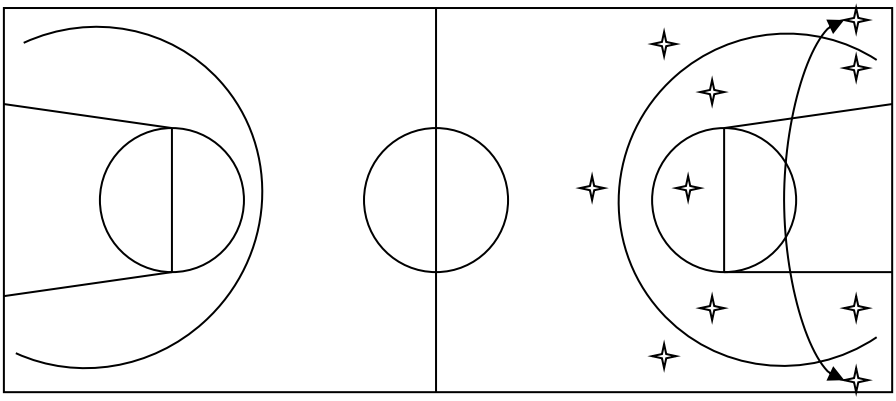
4. Броски с дистанции

Для групп ОФП

Игрок выполняет 10 бросков с 5 указанных точек 2 раза – туда и обратно. Фиксируется количество попаданий.

Для групп СФП

Игрок выполняет по 2 броска с 5 точек. С каждой точки: первый – в трехочковой зоне, второй – в двухочковой. На выполнение задания дается 2 мин. Фиксируется количество бросков и очков.



Учебный план и тематическое планирование *(Прил.2)* могут варьироваться в зависимости от психофизиологических особенностей занимающихся, их технико-тактической подготовленности и прогрессирования, а так же других внутренних и внешних факторов, влияющих на образовательный процесс.

Приложение2

Нормативные требования по физической подготовке

Группы		Прыжок в длину с места (см)		Высота подскока (см), (по Абалакову)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (для ГНП) Бег 600 м (для УТГ)	
		мальчика	девочки	мальчика	девочки	мальчика	девочки	мальчика	девочки	мальчика	девочки
ОФП	1-й год	160	155	30	28	4,2	4,5	4 п 15	4 п	1,16	1,20
	2-й год	174	160	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15
	3-й год	190	180	35	35	3,9	4,0	5 п 20	5 п 10	5,5	1,00
СФП	1-й год	195	195	38	37	3,9	3,8	6 п 15	6 п	1,55	2,10
	2-й год	205	205	41	40	3,8	3,7	7 п	6п 25	1,45	1,55

Нормативные требования по технической подготовке

Группы		Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)		Дистанционные броски (%)		Штрафные броски (%)	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
ОФП	1-й год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	-	-
	2-й год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	-	-
	3-й год	9,8	10	14,7	15,0	14,0	14,3	35	35	-	-
СФП	1-й год	9,0	9,5	14,2	14,8	13,8	14,1	40	40	48	48
	2-й год	8,7	9,0	14,0	14,6	13,6	13,9	45	45	50	50

Приложение

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП-1 года обучения

Содержание	сентябрь																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности м	+	+	+	+	+	+												
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+								
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+								
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+									
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3.Упр. для развития игровой ловкости			+				+											
4. Упр. для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий)	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+										
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		

Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
4. Игровая подготовка			+				+											
4.Соревновательная подготовка																		
6.Контрольная тренировка											+							

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП -1 года обучения

Содержание	октябрь																	
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+				
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+			+				
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				
3. Упр. для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. Упр. для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий в н)	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				

4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
5.Игровая подготовка			+			+			+			+						
6.Соревновательная подготовка																		
7.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП -1 года обучения

Содержание	ноябрь																	
	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3. История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания	+			+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+										

3. Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. Упр. для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения).		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+					
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
4.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
5.Соревновательная подготовка																		
6.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	декабрь																	
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола	+	+	+	+	+	+												
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						

4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+								
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. Упр. для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. Упр. для развития спец. выносливости	+				+				+				+					
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения)	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча				+			+			+			+					
5. Техника защиты																		
6. Техника наподения			+			+			+			+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
4.Игровая подготовка			+			+			+			+						
5.Соревновательная подготовка																		
6.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	январь																	
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65					
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола	+	+	+	+	+	+												
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+					
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+			+					
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+									
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. Упр. для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. Упр. для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения)			+			+			+									
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+							
4.Броски мяча			+			+			+									

5. Техника защиты		+			+			+			+							
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1. Индивидуальные действия		+									+							
2. Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
4. Игровая подготовка		+			+			+			+							
5.Соревновательная подготовка																		
6. Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	февраль																	
	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77						
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+							
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+						
3. ОРУ на снарядах				+			+			+								
4. Прыжки			+			+			+			+						
5 .Метания	+			+			+			+								
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						

III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. Упр. для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. Упр. для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения).		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+						
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4. Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения	+			+			+			+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+								
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	март																	
	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90					
I. Теоретические сведения																		

1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах				+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания				+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+										
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+					
3. Упр. для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. Упр. для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения).		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4. Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		

1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
4.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
5.Соревновательная подготовка																		
6.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	апрель																	
	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103					
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России																		
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							

2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+						
3. Упр. для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. Упр. для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4. Броски мяча	+			+			+			+			+					
5. Техника защиты				+						+								
6. Техника нападения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1. Индивидуальные действия			+									+						
2. Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1. Индивидуальные действия			+									+						
2. Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
4. Игровая подготовка			+			+			+			+						
5.Соревновательная подготовка																		
6. Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	май																	
	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117				
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Физическая культура и спорт в России	+	+	+	+	+	+												

3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+	+					
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+			+				
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. Упр. для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. Упр. для развития спец. выносливости	+				+				+									
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения).			+			+			+			+						
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты			+						+									
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							

3. Командные действия					+									+				
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
12.Игровая подготовка		+			+			+			+			+				
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка													+					

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	июнь																	
	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129						
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности																		
2. Физическая культура и спорт в России	+	+	+	+	+	+												
3 История развития баскетбола																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 . Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры																		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. Упр. для развития игровой ловкости		+				+				+								

4. Упр. для развития спец. выносливости			+				+											
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча (перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация защитных действий и действий нападения)	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+								
5. Техника защиты	+						+											
6. Техника нападения				+						+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
4. Игровая подготовка			+			+			+			+						
5.Соревновательная подготовка																		
6. Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 1 года обучения

Содержание	июль																	
	130	131	132	133	134	135	136	137	138									
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности	+	+	+	+	+	+												
2. Физическая культура и спорт в России																		
3. История развития баскетбола																		
4. Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6. Баскетбол на Олимпийских играх.																		

II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+											
2. ОРУ с предметами		+			+			+										
3. ОРУ на снарядах			+			+			+									
4. Прыжки		+			+			+										
5. Метания			+			+			=									
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+											
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+									
III. Специальная физическая подготовка																		
1. Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+													
2. Упр. для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+												
3. Упр. для развития игровой ловкости			+				+											
4. Упр. для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр. без мяча перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация действий	+			+			+											
2. Ловля и передача мяча		+			+			+										
3. Ведение мяча			+			+												
4. Броски мяча	+			+			+											
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1. Индивидуальные действия																		
2. Групповые действия																		
3. Командные действия																		

4. Игровая подготовка		+			+			+										
5. Соревновательная подготовка																		
6. Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП-2 года обучения

Содержание	сентябрь																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+								
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+								
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+									
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+										

4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
10.Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
11.Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+				+											
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка											+							

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП -2 года обучения

Содержание	октябрь																	
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+				
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+			+				
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					

7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП -2 года обучения

Содержание	ноябрь																	
	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
I. Теоретические сведения																		

1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания	+			+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+										
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+					
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		

1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП-2 года обучения

Содержание	декабрь																	
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх	+	+	+	+	+	+												
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+								
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							

3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+					
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча				+			+			+			+					
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения			+			+			+			+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	январь																	
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		

II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+					
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+			+					
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+									
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+									
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+							
4.Броски мяча			+			+			+									
5. Техника защиты		+			+			+			+							
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+			+							

13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	февраль																	
	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+							
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+						
3. ОРУ на снарядах				+			+			+								
4. Прыжки			+			+			+			+						
5 .Метания	+			+			+			+								
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+						
3. Ведение мяча	+			+			+			+								

4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения	+			+			+			+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+								
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	март																	
	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах				+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания				+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							

7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+										
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+					
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	апрель																	
	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		

2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+						
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+			+					
5. Техника защиты				+						+								
6. Техника наподения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												

3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	май																	
	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом	+	+	+	+	+	+												
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+	+					
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+			+				
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+									

IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+			+						
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты			+						+									
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
12.Игровая подготовка		+			+			+			+			+				
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка													+					

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	июнь																	
	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом	+	+	+	+	+	+												
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		

1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры																		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+											
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+								
5. Техника защиты	+						+											
6. Техника нападения				+						+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		

14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 2 года обучения

Содержание	июль																	
	130	131	132	133	134	135	136	137	138									
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Выдающиеся достижения российских спортсменов на Олимпийских играх																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5. Баскетбол как средство физического воспитания																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+											
2. ОРУ с предметами		+			+			+										
3. ОРУ на снарядах			+			+			+									
4. Прыжки		+			+			+										
5 .Метания			+			+			=									
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+											
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+									
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+													
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+												
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+											
2. Ловля и передача мяча		+			+			+										

3. Ведение мяча			+			+												
4.Броски мяча	+			+			+											
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+										
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-1 года обучения

Содержание	сентябрь																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+								
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+								
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+									
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация).	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+										
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		

V. Тактическая подготовка																		
10.Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
11.Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+				+											
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка											+							

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП -1 года обучения

Содержание	октябрь																	
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+												
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+				
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+			+				
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					

2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП -1 года обучения

Содержание	ноябрь																	
	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+												
5..Гигиена баскетболиста.																		

II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания	+			+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+										
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+					
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		

14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-1 года обучения

Содержание	декабрь																	
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма	+	+	+	+	+	+												
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+								
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+					
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча				+			+			+			+					
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения			+			+			+			+						

V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	январь																	
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма	+	+	+	+	+	+												
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+					
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+			+					
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+									
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								

3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)			+			+			+									
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+							
4.Броски мяча			+			+			+									
5. Техника защиты		+			+			+			+							
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+			+							
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	февраль																	
	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+							

2. ОРУ с предметами			+			+			+			+						
3. ОРУ на снарядах				+			+			+								
4. Прыжки			+			+			+			+						
5 .Метания	+			+			+			+								
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+						
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения	+			+			+			+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+								
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	март																	
	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах				+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания				+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+										
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+					
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		

1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	апрель																	
	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+						
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								

IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+			+					
5. Техника защиты				+						+								
6. Техника нападения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	май																	
	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека	+	+	+	+	+	+												
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+	+					
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				

4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+			+				
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+									
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+			+						
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты			+						+									
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
12.Игровая подготовка		+			+			+			+			+				
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка													+					

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	июнь																	
	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		

2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека	+	+	+	+	+	+												
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры																		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+											
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.)	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+								
5. Техника защиты	+						+											
6. Техника нападения				+						+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												

3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП- 1 года обучения

Содержание	июль																	
	130	131	132	133	134	135	136	137	138									
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+											
2. ОРУ с предметами		+			+			+										
3. ОРУ на снарядах			+			+			+									
4. Прыжки		+			+			+										
5 .Метания			+			+			=									
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+											
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+									
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+													
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+												
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+											

2. Ловля и передача мяча		+			+			+										
3. Ведение мяча			+			+												
4.Броски мяча	+			+			+											
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+										
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	сентябрь																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+		+	+		
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+			+	
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+			+			+	
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+			+		
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+				+	
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+				+		
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+			+		
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+				+			+	
3. Ведение мяча		+			+			+										
4.Броски мяча			+			+			+			+						

5. Техника защиты	+						+						+					
6. Техника нападения				+						+						+		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+									+		
3. Командные действия										+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+									+		
3. Командные действия										+								
Игровая подготовка	+			+			+			+			+			+		
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка															+			

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	октябрь																	
	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+			+		
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+			+	
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+			+			+
4. Прыжки		+			+			+			+			+			+	
5 .Метания			+			+			+			+			+			+
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+			+		
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+				+		
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+				+	
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+				+				+
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+				+			
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+			+			+	
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+			+			+
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+			+		
4.Броски мяча		+			+			+			+			+			+	
5. Техника защиты			+						+						+			
6. Техника нападения						+						+						+
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия					+									+				
2.Групповые действия								+									+	
3. Командные действия		+									+							
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия					+									+				
2.Групповые действия								+									+	
3. Командные действия		+									+							
Игровая подготовка		+			+			+			+			+			+	
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	ноябрь																	
	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма	+	+	+	+	+	+												
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+			+		
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+			+	
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+			+			
4. Прыжки		+			+			+			+			+			+	
5 .Метания			+			+			+			+			+			
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		+	
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+				+			
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+				+	
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+			+			+	
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+			+			
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+					
4.Броски мяча		+			+			+			+			+			+	

5. Техника защиты			+						+						+			
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия					+									+				
2.Групповые действия								+									+	
3. Командные действия		+									+							
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия					+									+				
2.Групповые действия								+									+	
3. Командные действия		+									+							
Игровая подготовка		+			+			+			+			+			+	
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																+		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	декабрь																	
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+			+			+	
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+			+			+
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+			+		
4. Прыжки			+			+			+			+			+			+
5 .Метания	+			+			+			+			+			+		
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+			+			+	
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+				+	
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				+
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+				+			
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+				+		
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+			+			+			+
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+			+		
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+			+	
4.Броски мяча			+			+			+			+			+			+
5. Техника защиты				+						+						+		
6. Техника нападения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия						+									+			
2.Групповые действия									+									+
3. Командные действия			+									+						
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия						+									+			
2.Групповые действия									+									+
3. Командные действия			+									+						
Игровая подготовка			+			+			+			+			+			+
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	январь																	
	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+			+			+	
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+			+			
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+			+		
4. Прыжки			+			+			+			+			+			
5 .Метания	+			+			+			+			+			+		
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+			+				
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+				+			
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+				+		
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+				+				
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация. защитных действий и действий нападения.			+			+			+			+			+			

2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+			+		
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+			+			
5. Техника защиты				+						+						+		
6. Техника нападения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия						+									+			
2.Групповые действия									+									
3. Командные действия			+									+						
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия						+									+			
2.Групповые действия									+									
3. Командные действия			+									+						
Игровая подготовка			+			+			+			+			+			
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																	+	

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	февраль																	
	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103		
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+			+			
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+			+		

3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				
4. Прыжки	+			+			+			+			+			+		
5 .Метания		+			+			+			+			+				
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+			+			
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+				+			
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+				+		
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+					
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация. защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+			+				
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+			+			
3. Ведение мяча				+			+			+			+			+		
4.Броски мяча		+			+			+			+			+				
5. Техника защиты		+						+						+				
6. Техника нападения					+						+					+		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия							+									+		
2.Групповые действия	+									+								
3. Командные действия				+									+					
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия							+									+		
2.Групповые действия	+									+								
3. Командные действия				+									+					
Игровая подготовка	+			+			+			+			+			+		
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	март																	
	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях орг. чел																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+			+			+	
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+			+			+
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+			+		
4. Прыжки			+			+			+			+			+			+
5 .Метания	+			+			+			+			+			+		
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+			+				
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		+
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты		+				+				+				+				+
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+				+			
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+				+		
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+				+	
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.	+			+			+			+			+			+		
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+			+				
3. Ведение мяча			+			+			+			+			+			+
4.Броски мяча	+			+			+			+			+			+		
5. Техника защиты			+						+						+			

6. Техника нападения						+						+						+
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия									+									+
2.Групповые действия			+									+						
3. Командные действия						+									+			
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия									+									+
2.Групповые действия			+									+						
3. Командные действия						+									+			
Игровая подготовка			+			+			+			+			+			+
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																	+	

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	апрель																	
	122	13	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях орг. чел																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на орг. чел																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+			+			+	
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+			+			
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+			+		
4. Прыжки			+			+			+			+			+			
5 .Метания	+			+			+			+			+			+		
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+			+			+	
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
III. Специальная физическая подготовка																		

1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+				+		
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+				+	
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+				+				
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+				+			
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация0	+			+			+			+			+			+		
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+			+				
3. Ведение мяча			+			+			+			+			+			
4.Броски мяча	+			+			+			+			+			+		
5. Техника защиты			+						+						+			
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия									+									
2.Групповые действия			+									+						
3. Командные действия						+									+			
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия									+									
2.Групповые действия			+									+						
3. Командные действия						+									+			
Игровая подготовка			+			+			+			+			+			
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	май																	
	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		

3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+			+			+
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+			+		
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				
4. Прыжки	+			+			+			+			+			+		
5 .Метания		+			+			+			+			+			+	
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+			+			+
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+				+			
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+				+		
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+				+	
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+				+				+
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+			+				
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+			+			+
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+			+		
4.Броски мяча		+			+			+			+			+				
5. Техника защиты						+						+						+
6. Техника нападения			+						+						+			
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+									+								
2.Групповые действия				+									+					

3. Командные действия							+									+		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+									+								
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия							+									+		
Игровая подготовка	+			+			+			+			+			+		
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																	+	

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	июнь																	
	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	17	171	172	173	
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		
5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+			+			
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+			+		
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+			+	
4. Прыжки	+			+			+			+			+			+		
5 .Метания		+			+			+			+			+			+	
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+			+			
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+				+	
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				

3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+				+			
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+				+		
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)		+			+			+			+			+			+	
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+			+			+
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+			+		
4.Броски мяча		+			+			+			+			+				
5. Техника защиты						+						+						+
6. Техника нападения			+						+						+			
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+									+								
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия							+									+		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+									+								
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия							+									+		
Игровая подготовка	+			+			+			+			+			+		
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы СФП-2 года обучения

Содержание	июль																	
	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184							
I. Теоретические сведения																		
1. Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека																		
3. Закаливание организма																		
4.Влияние физических упражнений на организм человека																		

5..Гигиена баскетболиста.																		
6. Морально-волевая подготовка																		
7.Дневник самоконтроля																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+								
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+									
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+									
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+								
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+									
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.)	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+									
4.Броски мяча	+			+			+			+								
5. Техника защиты	+						+											
6. Техника нападения				+						+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+									+								
2.Групповые действия				+														
3. Командные действия							+											
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+									+								

2.Групповые действия				+														
3. Командные действия							+											
Игровая подготовка	+			+			+			+								
Соревновательная подготовка																		
Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП-3 года обучения

Содержание	сентябрь																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+								
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+								
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+									
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+										
4.Броски мяча			+			+			+			+						

5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
10.Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
11.Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+				+											
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+				+											
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка											+							

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП -3 года обучения

Содержание	октябрь																	
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+			+				
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+			+				
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		

1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+				+				
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+				+						
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+			+												
2.Групповые действия									+			+						
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП - года обучения

Содержание	ноябрь																	
	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		

5.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах	+			+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания	+			+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+										
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация)		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+			+					
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия	+			+									+					
2.Групповые действия							+			+								
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		

14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП-3 года обучения

Содержание	декабрь																	
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи	+	+	+	+	+	+												
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+								
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+				+					
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						

4.Броски мяча				+			+			+			+					
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения			+			+			+			+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+			+									
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	январь																	
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи	+	+	+	+	+	+												
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+			+					
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+			+					
5 .Метания		+			+			+			+							

6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+									
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+				+				+					
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+				+								
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+				+							
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+									
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+			+					
3. Ведение мяча		+			+			+			+							
4.Броски мяча			+			+			+									
5. Техника защиты		+			+			+			+							
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия		+									+							
2.Групповые действия					+			+										
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+			+							
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	февраль																	
	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77						

I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+							
2. ОРУ с предметами			+			+			+			+						
3. ОРУ на снарядах				+			+			+								
4. Прыжки			+			+			+			+						
5 .Метания	+			+			+			+								
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки)		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+			+						
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения	+			+			+			+								

V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия	+			+			+			+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+								
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	март																	
	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов		+			+			+			+	+						
2. ОРУ с предметами			+			+			+									
3. ОРУ на снарядах				+			+			+			+					
4. Прыжки			+			+			+									
5 .Метания				+			+			+			+					
6. Упр. для развития общей выносливости		+			+			+			+							
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
III. Специальная физическая подготовка																		

1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+										
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+				+					
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+				+							
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.		+			+			+			+							
2. Ловля и передача мяча			+			+			+									
3. Ведение мяча	+			+			+			+								
4.Броски мяча		+			+			+			+							
5. Техника защиты	+			+			+			+			+					
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия							+											
2.Групповые действия				+									+					
3. Командные действия	+									+								
12.Игровая подготовка	+			+			+			+			+					
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка												+						

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	апрель																	
	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103					
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		

2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.	+	+	+	+	+	+												
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+			+			+					
2. ОРУ с предметами		+			+			+			+							
3. ОРУ на снарядах			+			+			+			+						
4. Прыжки		+			+			+			+							
5 .Метания			+			+			+			+						
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+			+			+					
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+					
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений			+				+				+							
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча				+				+				+						
3. .Упр для развития игровой ловкости	+				+				+				+					
4. .Упр для развития спец. выносливости		+				+				+								
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+			+					
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+			+					
5. Техника защиты				+						+								
6. Техника нападения	+						+						+					
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		

1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	май																	
	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117				
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом	+	+	+	+	+	+												
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+	+					
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+			+				
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+			+				
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений		+				+				+				+				

2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча			+				+				+							
3. .Упр для развития игровой ловкости				+				+				+						
4. .Упр для развития спец. выносливости	+				+				+									
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.			+			+			+			+						
2. Ловля и передача мяча	+			+			+			+								
3. Ведение мяча		+			+			+			+			+				
4.Броски мяча			+			+			+			+						
5. Техника защиты			+						+									
6. Техника нападения						+						+						
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия								+										
2.Групповые действия		+									+							
3. Командные действия					+									+				
12.Игровая подготовка		+			+			+			+			+				
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка													+					

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	июнь																	
	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129						
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях																		
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом	+	+	+	+	+	+												

3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+	+	+	+												
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов			+			+			+			+						
2. ОРУ с предметами	+			+			+			+								
3. ОРУ на снарядах		+			+			+			+							
4. Прыжки	+			+			+			+								
5 .Метания		+			+			+			+							
6. Упр. для развития общей выносливости			+			+			+			+						
7. Спортивные и подвижные игры																		
III. Специальная физическая подготовка																		
1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений				+				+				+						
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча	+				+				+									
3. .Упр для развития игровой ловкости		+				+				+								
4. .Упр для развития спец. выносливости			+				+											
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+			+								
2. Ловля и передача мяча		+			+			+			+							
3. Ведение мяча			+			+			+			+						
4.Броски мяча	+			+			+			+								
5. Техника защиты	+						+											
6. Техника нападения				+						+								
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия			+									+						

2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия			+									+						
2.Групповые действия						+												
3. Командные действия									+									
12.Игровая подготовка			+			+			+			+						
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		

Календарно – тематическое планирование программного материала по баскетболу для группы ОФП- 3 года обучения

Содержание	июль																	
	130	131	132	133	134	135	136	137	138									
I. Теоретические сведения																		
1 Техника безопасности на тренировочных занятиях	+	+	+	+	+	+												
2. Развитие баскетбола в России и за рубежом																		
3. Баскетбол как средства физического воспитания детей и молодежи																		
4.Гигиена тренировочного процесса																		
5.Влияние физических упражнений на организм человека																		
6.Баскетбол на Олимпийских играх.																		
II. ОФП																		
1. ОРУ без предметов	+			+			+											
2. ОРУ с предметами		+			+			+										
3. ОРУ на снарядах			+			+			+									
4. Прыжки		+			+			+										
5 .Метания			+			+			=									
6. Упр. для развития общей выносливости	+			+			+											
7. Спортивные и подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+									
III. Специальная физическая подготовка																		

1.Упр. для развития прыгучести и быстроты движений	+				+													
2.Упр.для развития качеств при выполнения приема и передачи мяча		+				+												
3. .Упр для развития игровой ловкости			+				+											
4. .Упр для развития спец. выносливости				+				+										
IV. Техническая подготовка																		
1. Упр.без мяча(перемещения, стойки, повороты, остановки, имитация.защитных действий и действий нападения.	+			+			+											
2. Ловля и передача мяча		+			+			+										
3. Ведение мяча			+			+												
4.Броски мяча	+			+			+											
5. Техника защиты																		
6. Техника нападения																		
V. Тактическая подготовка																		
Тактика нападения																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
Тактика защиты																		
1.Индивидуальные действия																		
2.Групповые действия																		
3. Командные действия																		
12.Игровая подготовка		+			+			+										
13.Соревновательная подготовка																		
14.Контрольная тренировка																		