

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ г. НОВОСИБИРСКА
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №218»

«Рассмотрено»
на педагогическом совете
Протокол
№ 1 от «29» августа 2024 г.

«Согласовано»
Заведующий отделом
дополнительного образования
 / Е.Ф. Третьякова
«30» августа 2024 г.



«Утверждено»
Директор МАОУ СОШ №218
А.А. Семернинов
Приказ от «29» августа 2024г.
№ 338-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»**

*Дополнительная
общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
Уровень освоения программы: базовый*

Автор-составитель: Трубин Денис Викторович
педагог дополнительного образования

Возраст учащихся: 10-17 лет

Срок реализации программы: 4 года

Новосибирск, 2024

I.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 3
1.1.	Пояснительная записка	с. 3
1.2.	Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 5
1.3.	Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 7
1.3.1	Индивидуальные учебные планы группы	с. 9
1.3.2	Содержание учебных планов группы	с. 10
1.4.	Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 21
II.	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с.22
2.1.	Календарный учебный график	с. 22
2.2.	Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 23
2.3.	Формы подведения итогов реализации (формы аттестации) дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 23
2.4.	Оценочные материалы	с. 24
2.5.	Методические материалы	с. 25
2.6.	Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»	с. 26
2.7.	Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 26
2.8.	Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год	с. 28
	Список литературы	с. 30
	Нормативно-правовая литература	с. 31
	Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	с. 31

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа сформирована с учетом: - особенностей реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями статьи 84 Федерального закона от 29.12.2013 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - требований к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающим безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методам контроля в соответствии с национальными стандартами; - психофизиологических, возрастных и индивидуальных, в том числе тендерных, особенностей обучающихся; - содержания Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол, утвержденного приказом Минспорта России от 30.08.2013 г. № 679; - приказа Министерства спорта РФ от 12.02.2019 г. № 90 «Об утверждении государственных требований ВФСК ГТО»

В содержание программы «Баскетбол» внесены изменения в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей учащихся 9 – 15 лет. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

Направленность программы – спортивно-оздоровительная

Актуальность программы состоит в том, что особое внимание уделяется укреплению здоровья и закаливанию, всесторонней физической подготовке, развитию координации движения, быстроты, ловкости, гибкости, овладению основами техники игры в баскетбол учащихся. Учащиеся учебной группы активно участвует в товарищеских и контрольных играх, турнирах, матчах, соревнованиях.

Программа развивает двигательную активность, быстроту, точность, выносливость, ловкость у учащихся, основывается на тех знаниях, которые учащиеся получают на школьных уроках физкультуры и направлена на общее развитие детей и формирование умения играть в баскетбол на любительском уровне, что позволяет привлечь к занятиям широкий круг учащихся.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей младшего школьного возраста – мальчиков и девочек 10-17 лет.

Спортивная подготовка по виду спорта Баскетбол предполагает общеобразовательный уровень физического, интеллектуального, эмоционального и волевого развития, стандартный школьный круг интересов. Мотивация к предметной области внутренняя и внешняя. Наличие способностей не ограничено.

Специальный медицинский допуск к обучению по программе не требуется. Предполагаемый состав групп – до 15 человек.

Зачисление в группу производится при наличии сертификата дополнительного образования, подтвержденного в ИС «Навигатор ДО НСО», предоставления от родителей детей пакета подписанных соответствующих документов (заявление на обучение, согласие на обработку персональных данных, договор).

Психолого-педагогические особенности младшего школьного возраста: в младшем школьном возрасте быстро развивается психика ребёнка. Изменяется взаимоотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится более сильным, но по-прежнему младшие школьники в высокой степени возбудимы. Повышается точность работы органов чувств.

Познавательная деятельность младшего школьника проходит в процессе обучения, немаловажное значение имеет и расширение сферы общения. Быстро текущее становление множества новых качеств, которые необходимо сформировать или развивать у школьников, диктуют педагогам строгую целенаправленность всей учебно-воспитательной работы. Восприятие младших школьников отличается неустойчивостью и неорганизованностью, но, в то же время, остротой и свежестью, «созерцательной любознательностью».

Внимание младших школьников непроизвольно, недостаточно устойчиво, ограничено по объёму, поэтому весь учебный процесс подчинён воспитанию культуры внимания. Произвольное внимание развивается вместе с другими функциями и прежде всего – мотивацией учения, ответственностью за успех учебной деятельности.

Мышление у детей начальной школы развивается во взаимосвязи с речью от эмоционально-образного к абстрактно-логическому. Большую роль в познавательной деятельности играет память. У младшего школьника складываются элементы социальных чувств, вырабатываются навыки общественного поведения (коллективизм, ответственность за поступки, товарищество, взаимопомощь). Младший школьный возраст предоставляет большие возможности для развития нравственных качеств личности. Главная задача возраста - постижение окружающего мира, природы человеческих отношений. Интенсивно формируются почти все интеллектуальные, социальные и нравственные качества, многие из них уже останутся неизменными на протяжении всей жизни.

Педагогическая целесообразность. Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» **ориентировано на:**

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;

- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Отличительные особенности программы заключается в том, что технологии вида спорта «Баскетбол» позволяют успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Принципы, лежащие в основе программы:

- природосообразности; воспитывающего обучения; научности; связи теории с практикой; систематичности и последовательности; доступности; наглядности; сознательности и активности.

Сроки реализации, адресность программы. Программа рассчитана на трёхгодичный курс обучения для учащихся школы в возрасте от 10 до 17 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящихся к основной и подготовительной группам здоровья и имеющим медицинский допуск врача. Занятия по программе «Баскетбол» проводятся во второй половине дня.

Количество занятий в неделю

Направления и этапы подготовки	Год обучения	Возраст для зачисления	Кол-во учебных часов в группе
Спортивно-оздоровительное	Весь период 1 год	10–11 лет	4
Начальной подготовки	2 год	12–13 лет	4
Учебно-тренировочный	3 год	14–15 лет	6
Учебно-тренировочный	4 год	16-17 лет	6

Уровень освоения программы – базовый.

Сроки реализации программы – 4 года.

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Язык обучения – русский.

Режим занятий – 4-6 часа в неделю, с продолжительностью занятия 45 минут.

Наполняемость группы – 14 – 16 человек.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов
- участие в муниципальных соревнованиях
- участие в зональных и городских соревнованиях.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в баскетбол.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Цель программы: формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «Баскетбол».

Программный материал объединен в целостную систему трехлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объема их двигательной активности;

- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях;

- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития баскетбола в частности;

- формирование общих представлений о баскетболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

- формирование образовательного базиса, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «баскетбол»;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- выявление, развитие и поддержка одаренных детей в области спорта.

Ожидаемые результаты освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

- воспитание морально-этических и волевых качеств;

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

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

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол
- знать баскетбольные термины

1.3. Содержание программы.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

История Олимпийских игр и олимпийского движения. История олимпийского движения в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Физическая культура в современном обществе.

История развития баскетбола в мире и России. Успехи российских баскетболистов на мировой арене.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Основные принципы культуры здорового образа жизни.

Оптимальная двигательная активность, как профилактика заболеваний, укрепление здоровья и профилактика вредных привычек.

Понятие о технико-тактических особенностях вида спорта «баскетбол».

Физическая культура человека

Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека и его здоровье. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры (в том числе баскетбола).

Положительное влияние занятий баскетболом на разностороннее развитие, двигательную активность, психологическую устойчивость, физическую выносливость, а также коммуникативные качества характера человека.

Двигательный режим. Формы индивидуальных занятий физическими упражнениями из арсенала элементов и техники баскетбола.

Возможности организации занятий баскетболом во время досуга.

Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом (в том числе, баскетболом), гигиенические требования к организации этих занятий.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Организация и планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов для проведения утренней гимнастики.

Обучение умению вести наблюдения за своим здоровьем и индивидуальными показателями физической подготовленности.

Правила самостоятельного подбора упражнений, определение последовательности их выполнения, дозировка.

Самонаблюдение и самоконтроль за индивидуальным развитием.

Организация самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Самостоятельная организация досуга со сверстниками средствами физической культуры и спорта.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Навыки определения степени освоения знаний по технике владения двигательными умениями в области физкультурно-оздоровительной деятельности.

Тестирование уровня физической подготовленности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, физической подготовленностью обучающихся.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

-Организуемые команды и приемы, строевые упражнения.

-Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов; с предметами.

-Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК «ГТО».

Спортивно-оздоровительная деятельность

Общеспортивная подготовка

- Гимнастические упражнения. Упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, ловкости, выносливости, гибкости.

- Подвижные спортивные игры из различных базовых видов спорта, эстафеты, игры с элементами баскетбола, пр.

- Упражнения и комплексы из различных видов спорта (фитнес-аэробики, гимнастики, зимних видов спорта, пр.) для занятий в целях общего оздоровления и реабилитации.
- Занятия баскетболом, как средство активного отдыха и укрепления здоровья.
- Восстановительные мероприятия (массаж). Техника выполнения простейших приемов массажа и самомассажа на отдельных участках тела (поглаживание, растирание, разминание).
- Правила и гигиенические требования к проведению сеансов массажа.
- Упражнения для общей физической подготовки.
- Упражнения и комплексы для коррекции веса, фигуры и нарушений осанки.
- Упражнения на развитие силы мышц различных частей тела (спины, груди, живота, ягодиц) с использованием сопротивления собственного веса, гантелей, иного спортивного оборудования в различных исходных положениях – стоя, сидя, лежа. Упражнения на развитие основных качеств игрока в баскетбол.
- Специальные упражнения на развитие силы мышц кистей рук и укрепление мышц стоп.
- Комплексы физических упражнений различной направленности с использованием различного спортивного оборудования и без него.
- Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Баскетбол

Содержание программы и методические рекомендации

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.
11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).
- 1.6 Бег 500, 1000, 1500, 2000 метров.
2. Специальная физическая подготовка.
- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.

- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.

- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

1.3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

1.3.1. Индивидуально учебные планы по 1-4 году обучения.

Программный материал		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения
Теоретическая подготовка		6	4	8	8
1	Правила техники безопасности при проведении занятий.	1	1	1	1
2	История рождения и развития баскетбола.	1			
3	Режим и питание спортсмена.	1	1	1	1
4	Личная гигиена и закаливание организма.	1	1	1	1
5	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	1		2	2

6	Правила соревнований. Судейство соревнований.	1	1	3	3
Общая физическая подготовка		18	36	50	50
1	Развитие силы	4	8	11	11
2	Развитие быстроты	4	8	13	13
3	Развитие выносливости	4	8	12	12
4	Развитие ловкости	4	8	11	11
5	Развитие гибкости	2	4	3	3
Техническая подготовка		24	40	62	62
1	Стойки баскетболиста	4	5	2	2
2	Перемещения по площадке	4	5	2	2
3	Ведение мяча	4	5	14	14
4	Передачи мяча	4	5	14	14
5	Броски мяча в прыжке	4	10	15	15
6	Броски в кольцо с дальних и средних дистанций	4	10	15	15
Тактическая подготовка		22	40	60	60
1	Групповые действия в нападении	3	8	9	9
2	Командные действия в нападении	3	10	10	10
3	Групповые действия в защите	4	8	10	10
4	Командные действия в защите	4	6	10	10
Тестирование, контрольные испытания		7	2	3	3
Медико-биологический контроль				1	1
Участие в соревнованиях		1	4	18	18
Итого		136	120	180	180
Всего по годам				550	

1.3.2 Содержание индивидуальных учебных планов групп

Содержание индивидуального учебного плана группы 1-го года обучения при проведении занятий 4 часов в неделю

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u> Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u> Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Теоретическая подготовка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом. 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. 3. Физическая подготовка баскетболиста. 4. Техническая подготовка баскетболиста. 5. Тактическая подготовка баскетболиста. 6. Психологическая подготовка баскетболиста. 7. Соревновательная деятельность баскетболиста. 8. Организация и проведение соревнований по баскетболу. 9. Правила судейства соревнований по баскетболу. 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. 11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.
3.	Общая физическая подготовка.	<p><u>1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).</u></p> <p><u>1.2. Подвижные игры.</u></p> <p><u>1.3. Эстафеты.</u></p> <p><u>1.4. Полосы препятствий.</u></p> <p><u>1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).</u></p> <p><u>1.6 Бег 500, 1000,1500,2000 метров.</u></p>

		<p><u>2. Специальная физическая подготовка.</u></p> <p><u>2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</u></p> <p><u>2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</u></p> <p><u>2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</u></p> <p><u>2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста</u></p>
4.	1.Техническая подготовка	<p>1. Упражнения без мяча.</p> <p>1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.</p> <p>1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в разных направлениях.</p> <p>1.3. Передвижение правым – левым боком.</p> <p>1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.</p> <p>1.5. Остановка прыжком после ускорения.</p> <p>1.6. Остановка в один шаг после ускорения.</p> <p>1.7. Остановка в два шага после ускорения.</p> <p>1.8. Повороты на месте.</p> <p>1.9. Повороты в движении.</p> <p>1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.</p> <p>1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.</p>
5.	2.Ловля и передача мяча	<p>2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.</p> <p>2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.</p> <p>2.3. Двумя руками от груди в движении.</p> <p>2.4. Передача одной рукой от плеча.</p> <p>2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.</p> <p>2.6. То же после ведения мяча.</p> <p>2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.</p> <p>2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.</p> <p>2.9. Передача одной рукой снизу от пола.</p> <p>2.10. То же в движении.</p> <p>2.11. Ловля мяча после полуотскока.</p> <p>2.12. Ловля высоко летящего мяча.</p> <p>2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.</p> <p>2.14. Ловля катящегося мяча в движении</p>

6.	3. Ведение мяча.	<p>3.1. На месте.</p> <p>3.2. В движении шагом.</p> <p>3.3. В движении бегом.</p> <p>3.4. То же с изменением направления и скорости.</p> <p>3.5. То же с изменением высоты отскока.</p> <p>3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.</p> <p>3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.</p> <p>3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p>
7.	4. Броски мяча.	<p>4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.</p> <p>4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.</p> <p>4.9. В прыжке одной рукой с места.</p> <p>4.10. Штрафной.</p> <p>4.11. Двумя руками снизу в движении.</p> <p>4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.</p> <p>4.13. В прыжке со средней дистанции.</p> <p>4.14. В прыжке с дальней дистанции.</p> <p>4.15. Вырывание мяча.</p> <p>4.16. Выбивание мяча.</p>
8.	Тактическая подготовка	<p>1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.</p> <p>2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>3. Перехват мяча.</p> <p>4. Борьба за мяч после отскока от щита.</p> <p>5. Быстрый прорыв.</p> <p>6. Командные действия в защите.</p> <p>7. Командные действия в нападении.</p> <p>8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>
9.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

**Содержание индивидуального учебного плана группы 2-го года обучения
при проведении занятий 4 часов в неделю**

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u> Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррорестические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u> Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Теоретическая подготовка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом. 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. 3. Физическая подготовка баскетболиста. 4. Техническая подготовка баскетболиста. 5. Тактическая подготовка баскетболиста. 6. Психологическая подготовка баскетболиста. 7. Соревновательная деятельность баскетболиста. 8. Организация и проведение соревнований по баскетболу. 9. Правила судейства соревнований по баскетболу. 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. 11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.
3.	Общая физическая подготовка.	<p><u>1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).</u></p> <p><u>1.2. Подвижные игры.</u></p> <p><u>1.3. Эстафеты.</u></p> <p><u>1.4. Полосы препятствий.</u></p> <p><u>1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты,</u></p>

		<p><u>перекаты).</u></p> <p><u>1.6 Бег 500, 1000,1500,2000 метров.</u></p> <p><u>2. Специальная физическая подготовка.</u></p> <p><u>2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</u></p> <p><u>2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</u></p> <p><u>2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</u></p> <p><u>2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста</u></p>
4.	1.Техническая подготовка	<p>1. Упражнения без мяча.</p> <p>1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.</p> <p>1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в разных направлениях.</p> <p>1.3. Передвижение правым – левым боком.</p> <p>1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.</p> <p>1.5. Остановка прыжком после ускорения.</p> <p>1.6. Остановка в один шаг после ускорения.</p> <p>1.7. Остановка в два шага после ускорения.</p> <p>1.8. Повороты на месте.</p> <p>1.9. Повороты в движении.</p> <p>1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.</p> <p>1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.</p>
5.	2.Ловля и передача мяча	<p>2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.</p> <p>2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.</p> <p>2.3. Двумя руками от груди в движении.</p> <p>2.4. Передача одной рукой от плеча.</p> <p>2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.</p> <p>2.6. То же после ведения мяча.</p> <p>2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.</p> <p>2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.</p> <p>2.9. Передача одной рукой снизу от пола.</p> <p>2.10. То же в движении.</p> <p>2.11. Ловля мяча после полуотскока.</p> <p>2.12. Ловля высоко летящего мяча.</p> <p>2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.</p> <p>2.14. Ловля катящегося мяча в движении</p>

6.	3. Ведение мяча.	<p>3.1. На месте.</p> <p>3.2. В движении шагом.</p> <p>3.3. В движении бегом.</p> <p>3.4. То же с изменением направления и скорости.</p> <p>3.5. То же с изменением высоты отскока.</p> <p>3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.</p> <p>3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.</p> <p>3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p>
7.	4. Броски мяча.	<p>4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.</p> <p>4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.</p> <p>4.9. В прыжке одной рукой с места.</p> <p>4.10. Штрафной.</p> <p>4.11. Двумя руками снизу в движении.</p> <p>4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.</p> <p>4.13. В прыжке со средней дистанции.</p> <p>4.14. В прыжке с дальней дистанции.</p> <p>4.15. Вырывание мяча.</p> <p>4.16. Выбивание мяча.</p>
8.	Тактическая подготовка	<p>1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.</p> <p>2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>3. Перехват мяча.</p> <p>4. Борьба за мяч после отскока от щита.</p> <p>5. Быстрый прорыв.</p> <p>6. Командные действия в защите.</p> <p>7. Командные действия в нападении.</p> <p>8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>
9.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

**Содержание индивидуального учебного плана группы 3-го года обучения
при проведении занятий 4 часов в неделю**

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u> Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррорестические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u> Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Теоретическая подготовка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом. 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. 3. Физическая подготовка баскетболиста. 4. Техническая подготовка баскетболиста. 5. Тактическая подготовка баскетболиста. 6. Психологическая подготовка баскетболиста. 7. Соревновательная деятельность баскетболиста. 8. Организация и проведение соревнований по баскетболу. 9. Правила судейства соревнований по баскетболу. 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. 11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.
3.	Общая физическая подготовка.	<p><u>1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).</u></p> <p><u>1.2. Подвижные игры.</u></p> <p><u>1.3. Эстафеты.</u></p> <p><u>1.4. Полосы препятствий.</u></p> <p><u>1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).</u></p> <p><u>1.6 Бег 500, 1000,1500,2000 метров.</u></p> <p><u>2. Специальная физическая подготовка.</u></p> <p><u>2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</u></p> <p><u>2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</u></p>

		<p><u>2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</u></p> <p><u>2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста</u></p>
4.	1.Техническая подготовка	<p>1. Упражнения без мяча.</p> <p>1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.</p> <p>1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в разных направлениях.</p> <p>1.3. Передвижение правым – левым боком.</p> <p>1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.</p> <p>1.5. Остановка прыжком после ускорения.</p> <p>1.6. Остановка в один шаг после ускорения.</p> <p>1.7. Остановка в два шага после ускорения.</p> <p>1.8. Повороты на месте.</p> <p>1.9. Повороты в движении.</p> <p>1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.</p> <p>1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.</p>
5.	2.Ловля и передача мяча	<p>2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.</p> <p>2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.</p> <p>2.3. Двумя руками от груди в движении.</p> <p>2.4. Передача одной рукой от плеча.</p> <p>2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.</p> <p>2.6. То же после ведения мяча.</p> <p>2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.</p> <p>2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.</p> <p>2.9. Передача одной рукой снизу от пола.</p> <p>2.10. То же в движении.</p> <p>2.11. Ловля мяча после полуотскока.</p> <p>2.12. Ловля высоко летящего мяча.</p> <p>2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.</p> <p>2.14. Ловля катящегося мяча в движении</p>

6.	3. Ведение мяча.	<p>3.1. На месте.</p> <p>3.2. В движении шагом.</p> <p>3.3. В движении бегом.</p> <p>3.4. То же с изменением направления и скорости.</p> <p>3.5. То же с изменением высоты отскока.</p> <p>3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.</p> <p>3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.</p> <p>3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p>
7.	4. Броски мяча.	<p>4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.</p> <p>4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.</p> <p>4.9. В прыжке одной рукой с места.</p> <p>4.10. Штрафной.</p> <p>4.11. Двумя руками снизу в движении.</p> <p>4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.</p> <p>4.13. В прыжке со средней дистанции.</p> <p>4.14. В прыжке с дальней дистанции.</p> <p>4.15. Вырывание мяча.</p> <p>4.16. Выбивание мяча.</p>
8.	Тактическая подготовка	<p>1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.</p> <p>2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>3. Перехват мяча.</p> <p>4. Борьба за мяч после отскока от щита.</p> <p>5. Быстрый прорыв.</p> <p>6. Командные действия в защите.</p> <p>7. Командные действия в нападении.</p> <p>8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>
9.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

**Содержание индивидуального учебного плана группы 4-го года обучения
при проведении занятий 4 часов в неделю**

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u> Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррорестические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u> Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Теоретическая подготовка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом. 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. 3. Физическая подготовка баскетболиста. 4. Техническая подготовка баскетболиста. 5. Тактическая подготовка баскетболиста. 6. Психологическая подготовка баскетболиста. 7. Соревновательная деятельность баскетболиста. 8. Организация и проведение соревнований по баскетболу. 9. Правила судейства соревнований по баскетболу. 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. 11. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.
3.	Общая физическая подготовка.	<p><u>1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).</u></p> <p><u>1.2. Подвижные игры.</u></p> <p><u>1.3. Эстафеты.</u></p>

		<p><u>1.4. Полосы препятствий.</u></p> <p><u>1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).</u></p> <p><u>1.6 Бег 500, 1000,1500,2000 метров.</u></p> <p><u>2. Специальная физическая подготовка.</u></p> <p><u>2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</u></p> <p><u>2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</u></p> <p><u>2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</u></p> <p><u>2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста</u></p>
4.	1.Техническая подготовка	<p>1. Упражнения без мяча.</p> <p>1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.</p> <p>1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в разных направлениях.</p> <p>1.3. Передвижение правым – левым боком.</p> <p>1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.</p> <p>1.5. Остановка прыжком после ускорения.</p> <p>1.6. Остановка в один шаг после ускорения.</p> <p>1.7. Остановка в два шага после ускорения.</p> <p>1.8. Повороты на месте.</p> <p>1.9. Повороты в движении.</p> <p>1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.</p> <p>1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.</p>
5.	2.Ловля и передача мяча	<p>2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.</p> <p>2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.</p> <p>2.3. Двумя руками от груди в движении.</p> <p>2.4. Передача одной рукой от плеча.</p> <p>2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.</p> <p>2.6. То же после ведения мяча.</p> <p>2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.</p> <p>2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.</p> <p>2.9. Передача одной рукой снизу от пола.</p> <p>2.10. То же в движении.</p> <p>2.11. Ловля мяча после полуотскока.</p> <p>2.12. Ловля высоко летящего мяча.</p> <p>2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.</p> <p>2.14. Ловля катящегося мяча в движении</p>

6.	3. Ведение мяча.	<p>3.1. На месте.</p> <p>3.2. В движении шагом.</p> <p>3.3. В движении бегом.</p> <p>3.4. То же с изменением направления и скорости.</p> <p>3.5. То же с изменением высоты отскока.</p> <p>3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.</p> <p>3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.</p> <p>3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p>
7.	4. Броски мяча.	<p>4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.</p> <p>4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.</p> <p>4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.</p> <p>4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.</p> <p>4.9. В прыжке одной рукой с места.</p> <p>4.10. Штрафной.</p> <p>4.11. Двумя руками снизу в движении.</p> <p>4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.</p> <p>4.13. В прыжке со средней дистанции.</p> <p>4.14. В прыжке с дальней дистанции.</p> <p>4.15. Вырывание мяча.</p> <p>4.16. Выбивание мяча.</p>
8.	Тактическая подготовка	<p>1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.</p> <p>2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>3. Перехват мяча.</p> <p>4. Борьба за мяч после отскока от щита.</p> <p>5. Быстрый прорыв.</p> <p>6. Командные действия в защите.</p> <p>7. Командные действия в нападении.</p> <p>8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>
9.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

1.4 Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике к концу

1 года обучения

Учащиеся должны знать:

- историю развития баскетбола;
- правила закаливания и личной гигиены;

Учащиеся должны уметь:

- работать с мячом в парах;
- выполнять ведение мяча;
- выполнять ловлю и передачу мяча;
- выполнять бросок мяча в ворота.

2 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в баскетбол;
- основные понятия и термины в теории и методике баскетбола;

Учащиеся должны уметь:

- владеть умением передачи мяча в движении с сопротивлением;
- владеть умением ведения мяча с сопротивлением;
- выполнять бросок мяча со штрафной отметки на результат;
- выполнять бросок мяча в движении с защитником;
- играть в учебной игре.

3 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в баскетбол с применением в судействе;
- оказание первой доврачебной помощи.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в игре, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортом.

4 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в баскетбол с применением в судействе;
- оказание первой доврачебной помощи.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в игре, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортом.

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график оформляется приложением к рабочей дополнительной общеразвивающей программе и составляется ежегодно для каждой учебной группы.

Общие данные о календарном учебном году

Начало учебного года	01 октября текущего учебного года
Окончание учебного года	31 мая текущего учебного года
Организационный период	с 01 по 07 сентября текущего года
Организация работы объединения в школьное каникулярное время	В дни школьных каникул (осенних, зимних и весенних) работа по освоению программы осуществляется по расписанию (возможно изменение расписания, перенос занятий на другие дни и удобное для учащихся время)
Количество учебных недель	30 недель

* возможны изменения в связи с эпидемиологической ситуацией в городе

Форма календарного учебного графика

Педагог д/о: Трубин Денис Викторович

Объединение «Баскетбол»

Первый год обучения (дети _____ лет)

Группа: № _____

Одно занятие в неделю: день недели – один (два, три) академических часа.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Примечания
-------	-------	-------	------------------	---------------	--------------	--------------	------------------	----------------	------------

			заняти						

2.2.Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Материально-техническое обеспечение программы

Овладевать необходимыми знаниями, умениями и навыками в процессе реализации программы учащимся помогают средства обучения.

1. Щиты баскетбольные
2. Баскетбольные мячи
3. Стойки конусы
4. Гимнастическая стенка
5. Мячи набивные
6. Рулетка
7. Секундомер
8. Гимнастические скамейки
9. Гимнастические маты
10. Скакалки
11. Аптечка

Кадровое обеспечение программы

Занятия проводит педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Трубин Денис Викторович. Образование высшее педагогическое. Педагогический стаж – 16 лет.

2.3 Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» (формы аттестации)

Диагностика уровня обученности, развития и воспитанности учащихся осуществляется с помощью бесед, метода включенного педагогического наблюдения, соревнований — турниров. Диагностика проводится как в течение учебного процесса, так и во время подготовки к соревнованиям.

Формы подведения итогов: в виде участия в турнирах учащихся внутри объединения. В виде итогового занятия, которое проходит обычно в форме турнира с записью партии.

Степень освоения программы учащимися - разная. Иногда просто участие в соревнованиях - это уже результат.

Ожидаемый результат реализации воспитательных, социально-педагогических и здоровьесберегающих задач программы – это положительные психические изменения, изменения в уровне культуры поведения, коммуникативности, бережное, правильное отношение к своему здоровью.

2.4 Оценочные материалы
Тестирование и контрольные испытания
Специальная физическая подготовка баскетболистов

Год обучения	Высота подскока (см)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (мин)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1 – й год	30	28	4,2	4,5	4 п 15	4 п	1,16	1,20
2 – й год	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15
3 – й год	35	35	3,9	4,0	5 п 20	5 п 10	55,5	1,00

Техническая подготовка баскетболистов

Год обучения	Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)		Дистанционные броски (%)		Штрафные броски (%)	
	мальчик и	девочк и	мальчик и	девочк и	мальчик и	девочк и	мальчик и	девочк и	мальчик и	девочк и
1 год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-
2 год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	35	35
3 год	9,8	10	14,7	15,0	14,0	14,3	35	35	50	45

Возрастные контрольные испытания

	Контрольные испытания	10-13 лет		14-16 лет		16-17 лет	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Челночный бег 3 x 10 м (сек.)	8.8	10.0	7.9	9.2	7.2	8.1
2.	Прыжок в длину с места (см.)	146	137	168	156	210	178

3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	28	29	30	31	31	33
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	15	14	17	16	20	19
5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5		7		10	
6.	Отжимание в упоре лежа (раз)		10		12		14

2.5. Методические материалы

Принципы, положенные в основу учебно-воспитательного процесса по программе «Баскетбол». При организации учебно-тренировочных занятий педагог руководствуется следующими принципами:

- систематичности и последовательности – содержание обучения и учебно-тренировочный процесс должны подчиняться определенной логике, быть связанными и систематизированными;
- сознательности и активности – учащиеся должны осознанно усваивать знания и приобретать умения в процессе практической деятельности;
- доступности – содержание, объем изучаемого материала и методы его изучения соответствуют уровню интеллектуального и физического развития учащихся;
- связи теории с практикой – изучение теоретического материала осуществляется в тесной связи с раскрытием важнейших путей его использования в жизни.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы

Технологический подход в образовании способствует решению проблемы согласования целей, средств и методов учебного процесса. Соответственно, его реализация требует от педагога дополнительного образования внедрения разнообразных подходов к организации учебно-познавательной деятельности. Использование широкого спектра образовательных технологий дает возможность педагогу продуктивно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обучения.

При реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» применяются следующие образовательные технологии:

- технология проблемного обучения;
- технология развития критического мышления;
- игровая технология;
- информационно-коммуникационная технология.

Методы обучения, применяемые при реализации программы «Баскетбол».

В работе с учащимися используются:

- словесные методы:
- ✓ рассказ;

- ✓ беседа;
- методы наглядного восприятия:
- ✓ демонстрация упражнений, действий,
- ✓ изучение и анализ содержания плакатов, пособий, игровой доски для корректировки игры;
- практические методы:
- ✓ игра (учебные, тренировочные и тематические игры между учащимися и педагогом, а также совместные тренировки);
- ✓ конкурсы решения комбинаций, задач, схем на баскетбольном поле;
- ✓ участие в личных и командных соревнованиях различного уровня;
- ✓ сеансы одновременной игры;
- ✓ совместный и самостоятельный анализ собственных игр и игр других команд;
- ✓ работа с баскетбольной литературой.

Программа обучения состоит из трех частей: учебно-теоретическая; практическая; досуговая.

Основная форма организации и проведения занятий - систематические учебно-тренировочные занятия и соревнования. Также регулярно проводятся:

- зачёты с последующим объявлением результатов и их анализом;
- показательные выступления;
- досуговые мероприятия (день именинника, встреча с интересными людьми и спортсменами).

Алгоритм учебного занятия:

Структура занятия является примерной и может меняться в зависимости от темы, цели и задач.

Вводная часть: организационный момент, настрой на занятие, актуализация имеющихся знаний.

Основная часть занятия. Содержание основной части соответствует задачам программы. На эту часть приходится основная физическая нагрузка всего занятия. В нее входит теоретическая часть, практическая часть, игра в парах и тройках.

Повторение. Повторение ключевых положений игровых моментов, подведение итогов занятия.

2.6. Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»

В условиях ограниченного времени пребывания детей в лицее в закрепленных кабинетах, длительность перемены предусматривает передвижение педагога из кабинета в кабинет от 5 до 15 минут. Продолжительность занятий составляет 45 минут.

В каждом кабинете установлен антисептик для рук, кожный антисептик или санитайзер — тип дезинфицирующего средства, который используется для предотвращения передачи патогенных микроорганизмов, а также для соблюдения элементарных правил гигиены для индивидуальной обработки рук.

В период распространения вирусной инфекции учащимся и педагогам дважды меряется температура: на начало и конец учебного дня, родители в МАОУ НГПЛ не допускаются.

2.7. Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Цель: личностное саморазвитие учащихся через моделирование культурно-образовательного пространства на занятиях баскетболом.

Особенности организуемого воспитательного процесса в детском образовательном объединении

В соответствии с концепцией развития дополнительного образования для формирования у учащихся общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности необходимо усиление воспитательной составляющей и организация воспитательного процесса на основе социокультурных, духовнонравственных ценностей российского общества и государства.

Воспитание - это социально-педагогический процесс, поддерживающий развитие человека, общества и государства. Процесс воспитания основывается на следующих принципах взаимодействия педагога и учащихся:

- Актуальной задачей на сегодняшний день является воспитание будущего патриота своей страны.

- Ключевой фигурой воспитания в детском образовательном объединении является педагог дополнительного образования, реализующий по отношению к детям защитную, личностно развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

- Неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и ребенка, соблюдения конфиденциальности информации о ребенке и семье, приоритета безопасности ребенка - ориентир на создание психологически комфортной среды для каждого ребенка и установление доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;

Игра в баскетбол тренирует стратегическое мышление, развивает все человеческие качества, что позволяет развить навыки планирования в обычной жизни. При развитом стратегическом мышлении человеку становится понятным, что любовь к родине - это необходимое условие жизни и развития нашего общества.

Виды, формы и содержание деятельности

Проблемно-ценностное общение - вид деятельности, направленный на развитие коммуникативных компетенций школьников, воспитание у них культуры общения, развитие умений слушать и слышать других, уважать чужое мнение и отстаивать свое собственное, терпимо относиться к разнообразию взглядов людей.

В свою очередь игровая деятельность направлена на раскрытие творческого, умственного и физического потенциала школьников, развитие у них навыков конструктивного общения, умений работать в команде.

Воспитание на занятиях по баскетболу осуществляется преимущественно через вовлечение учащихся в образовательный процесс, обучения игре в баскетбол и непосредственное погружение в интересную и полезную для них спортивную игру в баскетбол, которая предоставляет им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения.

Формы воспитания — это способы организации воспитательного процесса, способы целесообразной организации коллективной и индивидуальной деятельности учащихся.

Среди всех форм воспитательной работы коллективные творческие дела обладают объективными наибольшими воспитательными возможностями, так как они:

- предоставляют возможность каждому ребенку внести свой личный вклад в общую работу, проявить свои личностные качества;
- обеспечивают активную реализацию и обогащение личного и коллективного опыта;
- способствуют укреплению коллектива, его структуры, содействуют разнообразию и мобильности внутриколлективных связей и отношений;
- эмоционально привлекательны для ребят, позволяют опираться на значимые для них содержание и способы организации деятельности в самых разных ситуациях воспитательного процесса.

Планируемые результаты и формы их проявления

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития учащихся.

Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития учащихся является педагогическое наблюдение.

Внимание педагога сосредотачивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы личностного развития школьников удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились и как их оперативно устранить.

Результаты воспитательного процесса:

- наличие в группе позитивных эмоций и доверительных отношений друг к другу;
- традиции, задающие социально значимые формы поведения.
- готовность к внутреннему самосовершенствованию, к самореализации себя в жизни;
- объективная самооценка у учащихся
- личностный рост (дисциплинированность, самообладание, выдержка, уважения чужого мнения);

2.8. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направления воспитательной работы	Название мероприятия, события, форма его проведения	Цель	Краткое содержание	Сроки проведения	Ответственный исполнитель
1	Организационно - воспитательное	Посвящение в баскетболисты (1г.обуч.) Праздник	Сплочение коллектива	Праздник	октябрь	Трубин Д.В.
2	Физкультурно – оздоровительное	Первенство школы Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие физическому развитию. Выявление юных	Турнир	октябрь	

			танталов.		
3	Организационно - воспитательное	Баскетбольные баталии	Сплочение коллектива	Чтение эссе	октябрь
4	Физкультурно – оздоровительное	Дружеские встречи с командами района	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	октябрь
5	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	ноябрь
6	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям II этап. Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	декабрь
7	Физкультурно – оздоровительное	Рождественский турнир. Праздник. Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Праздник. Турнир	январь
8	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям III этап. Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	февраль
9	физкультурно – оздоровительное	Рыцарский турнир. Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	февраль

10	Организационно – воспитательное, физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Турнир	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Экскурсия. Турнир	февраль
11	Физкультурно – оздоровительное	фестиваль спорта по баскетболу	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март
12	Физкультурно– оздоровительное	Сдача норм ГТО Соревнование	Популяризация баскетбола . Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март, апрель
13	Физкультурно – оздоровительное	Первенство города «Королева» Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	апрель
19	Физкультурно – оздоровительное	Турнир Победы. Соревнование	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов	Турнир	май
20	Физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Товарищеский турнир	Популяризация баскетбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	май

Список использованной литературы

Нормативно-правовая литература

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ-127);
8. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ (далее- ФЗ-261);
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
10. Стратегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв. распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);
11. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678) (далее - Концепция);
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
14. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);
15. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими

образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);

18. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

19. 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»;

20. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

21. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

22. Концепция развития креативных индустрий в Новосибирской области (утв. постановлением Правительства НСО от 08.06.2021 № 212-П).

23. Устав МБУДО ДТ «Октябрьский»;

24. Программа развития МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2020-2025 годы;

25. Рабочая программа воспитания МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2021-2023 годы.

Методические рекомендации:

1. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные): методические рекомендации по разработке и реализации. – 3-е изд., изм. и дополн. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023. – 78 с.;

2. Методические рекомендации по разработке адаптированных дополнительных общеобразовательных программ и дополнительных общеобразовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках инклюзивных групп / сост. М. А. Логинова. – 2-е изд. изм. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ ДОД, 2023. – 59 с.

Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Методическое обеспечение

- Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2010.-352 с.
- Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.-М.: Советский спорт, 2008.- 100 с.
- Волков Л.В., Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2012
- Здоровый образ жизни: реабилитация, физическая культура и спорт в Условиях Крайнего Севера и Сибири. Материалы межрегиональной научно-практической конференции. – Омск: СибГАФК, 2019, ч. – 184
- Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 3-5кл.; Метод. Пособие.-М.:Дрофа, 2013.-176 с.
- Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения.- Изд.2-е- М.: Физкультура и спорт, 2012.-136с.
- Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2020. – 109 с., ил. – (Физкультура и здоровье).
- Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2013. - 144с. Спорт!

Календарно-тематическое планирование 136 часов 1 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	ТБ на занятиях баскетболом. Закрепление техники перемещения, ловли.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	1 учебная неделя		
2.	Закрепление передач и ведения мяча на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	1 учебная неделя		
3.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	2	1 учебная неделя		
4.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на	2	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
5.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	2 учебная неделя		
6.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в прыжке.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	2	2 учебная неделя		
7.	Закрепление передач двумя руками над головой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра	2	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
8.	Закрепление передач двумя руками над головой на месте.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	3 учебная неделя		
9.	Закрепление передач двумя руками над головой в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	3 учебная неделя		
10.	Закрепление передач двумя руками над головой в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	4 учебная неделя		
11.	Закрепление передач двумя	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с	2	4 учебная		нятие матива:

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	руками над головой через защитника.	переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6		неделя		20 м (с)
12.	Закрепление техники передач двумя руками.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	4 учебная неделя		
13.	Закрепление техники передач двумя руками на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	5 учебная неделя		
14.	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	5 учебная неделя		
15.	Закрепление техники передач	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	5 учебная		нятие матива:

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	двумя руками в прыжке.	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.		неделя		очный
16.	Закрепление техники броска после ведения мяча с остановкой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	6 учебная неделя		
17.	Закрепление техники броска после ведения мяча в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.	2	6 учебная неделя		
18.	Закрепление техники поворотом на месте.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча.	2	6 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
19.	Закрепление техники поворотом в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	7 учебная неделя		нятие матива: жок в ну с га
20.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	7 учебная неделя		
21.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	7 учебная неделя		
22.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита в прыжке	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков	2	8 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	(подбор).	через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
23.	Закрепление техники броскам с места после ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	8 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока
24.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	8 учебная неделя		
25.	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	9 учебная неделя		
26.	Закрепление техники броскам в прыжке с места назад.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная	2	9 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока время броска время за 30

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		защита)				
27.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		
28.	Закрепление техники передач одной рукой в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	10 учебная неделя		
29.	Закрепление техники передач на месте и в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	10 учебная неделя		
30.	Закрепление техники передач бросков в прыжке после ведения	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли.	2	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча.	Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
31.	Учет по технической подготовке штрафные броски.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
32.	Учет по технической подготовке броски в прыжке с места.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
33.	Учет по технической подготовке обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	11 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
34.	Учет по технической подготовке подбор мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	12 учебная неделя		
35.	Учет по технической подготовке броски с боку.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	12 учебная неделя		Внимание норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)
36.	Закрепление техники передач и бросков с места.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	12 учебная неделя		
37.	Закрепление техники передач и бросков в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Введение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и	2	13 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		<p>скорости</p> <p>Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.</p>				
38.	Опеки игрока без мяча.	<p>Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости</p> <p>Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.</p>	2	13 учебная неделя		
39.	Закрепление техники ведения и передач в движении.	<p>Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости</p> <p>Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.</p>	2	13 учебная неделя		
40.	Закрепление техники ведения и бросков в движении.	<p>Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).</p>	2	14 учебная неделя		
41.	Закрепление техники передач одной рукой.	<p>Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой</p>	2	14 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
42.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	14 учебная неделя		нятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на передачу.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	15 учебная неделя		
44.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на бросок.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	2	15 учебная неделя		
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	2	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
46.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с заслоном.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
47.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с проходом под кольцо.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
48.	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4х2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	2	16 учебная неделя		
49.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу за	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения	2	17 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	спиной.	мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.				
50.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита) игра два на три; три на два.	2	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	Закрепление техники выбивание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	17 учебная неделя		
52.	Закрепление техники вырывание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	18 учебная неделя		
53.	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	2	18 учебная неделя		
54.	Закрепление техники вырывания мяча после ведения.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на	2	18 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
55.	Закрепление техники подсекания мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	19 учебная неделя		
56.	Закрепление техники атаки.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	2	19 учебная неделя		
57.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра	2	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
58.	Закрепление техники атаки двух нападающих против двух защитников.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	20 учебная неделя		нятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	Закрепление техники атаки одного нападающего против одного защитника.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	20 учебная неделя		
60.	Закрепление выбивания мяча при ведении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	20 учебная неделя		
61.	Закрепление подсекания мяча	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с	2	21 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	при ведении.	переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6		неделя		
62.	Закрепление выбивания мяча при ведении на месте.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	21 учебная неделя		
63.	Закрепление выбивания мяча при ведении в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	21 учебная неделя		
64.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в право.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	22 учебная неделя		нятие норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	Закрепление передач одной	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	22 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	рукой с поворотом в лево.	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.		неделя		
66.	Закрепление передач одной рукой с поворотом на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	22 учебная неделя		
67.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.	2	23 учебная неделя		
68.	Закрепление передач одной рукой с поворотом	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым	2	23 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	в прыжке.	прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
69.	Прием нормативов по технической подготовке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	23 учебная неделя		
70.	Штрафной бросок	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	2	24 учебная неделя		
71.	Бросок в прыжке с места.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	24 учебная неделя		
72.	Добивание мяча в	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	24 учебная		нятие норматива:

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	щит.	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.		неделя		дистанционные броски %
73.	Обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2	25 учебная неделя		
74.	Закрепление передач в парах.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	25 учебная неделя		
75.	Закрепление передач в движении в парах.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»	2	25 учебная неделя		
76.	Закрепление передач в движении в парах	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а)	2	26 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	через пол.	на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).				
77.	Закрепление передач в движении в парах за спиной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2	26 учебная неделя		
78.	Закрепление передач в движении в парах в парашют.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	26 учебная неделя		
79.	Закрепление передач в тройках.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
80.	Закрепление передач в тройках в движении.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	2	27 учебная неделя		Внимание норматива: штрафные броски %
81.	Закрепление передач в тройках в движении через пол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	2	27 учебная неделя		
82.	Закрепление передач в тройках в движении за спиной.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
83.	Закрепление передач в тройках в движении	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение	2	28 учебная неделя		40 м (с)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	парашют.	мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
84.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	28 учебная неделя		
85.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 2.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	29 учебная неделя		
86.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 3.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	29 учебная неделя		
87.	Закрепление	Варианты ловли и передачи	1	29		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач в тройках в движении по схеме 4.	мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.		учебная неделя		
88.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 5.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)
89.	Закрепление передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	30 учебная неделя		
90.	Закрепление передач в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	30 учебная неделя		
91	Закрепление передач в	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	1			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	движении быстрым прорывом.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»				
92	Закрепление передача быстрым прорывом 2х1.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1			
93	Закрепление передача быстрым прорывом 3х2.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	1			
94	Закрепление техники борьбы за мяч.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	1			
95	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание	1			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
96	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1			
97.	Закрепление техники борьбы за мяч отскочивший от пола.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	33 учебная неделя		
98.	Закрепление техники борьбы за мяч отскочивший от щита в пржке.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	33 учебная неделя		
99.	Закрепление техники передач мяча меняя	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении	1	33 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	расстояние.	после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
100.	Закрепление техники передач мяча быстрым прорывом при начальном броске.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	34 учебная неделя		
101.	Закрепление техники передач мяча быстрым прорывом при спорном броске.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	34 учебная неделя		
102.	Закрепление техники передач мяча при нападении через центрального игрока.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой	2	34 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		контратаки. Развитие координационных качеств.				

Календарно-тематическое планирование 120 часов 3 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	ТБ на занятиях баскетболом. Закрепление техники перемещения, ловли.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	1	1 учебная неделя		
2.	Закрепление передач и ведения	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой,	1	1 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча на месте.	средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.		неделя		
3.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	1 учебная неделя		
4.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	2 учебная неделя		
5.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств.	1	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
6.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в прыжке.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	2 учебная неделя		
7.	Закрепление передач двумя руками над головой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	3 учебная неделя		
8.	Закрепление передач двумя руками над головой на месте.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
9.	Закрепление передач двумя руками над головой в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	3 учебная неделя		
10.	Закрепление передач двумя руками над головой в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	4 учебная неделя		
11.	Закрепление передач двумя руками над головой через защитника.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	1	4 учебная неделя		ятие матива: 20 м (с)
12.	Закрепление техники передач двумя руками.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с	1	4 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
13.	Закрепление техники передач двумя руками на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	5 учебная неделя		
14.	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	5 учебная неделя		
15.	Закрепление техники передач двумя руками в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	5 учебная неделя		нятие матива: очный
16.	Закрепление техники броска после ведения мяча с остановкой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции	1	6 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
17.	Закрепление техники броска после ведения мяча в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.	1	6 учебная неделя		
18.	Закрепление техники поворотом на месте.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	6 учебная неделя		
19.	Закрепление техники поворотом в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	1	7 учебная неделя		нятие матива: жок в ну с га
20.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча.	1	7 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
21.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	7 учебная неделя		
22.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита в прыжке (подбор).	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	8 учебная неделя		
23.	Закрепление техники броскам с места после ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	8 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока
24.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение	1	8 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6				
25.	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	9 учебная неделя		
26.	Закрепление техники броскам в прыжке с места назад.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита)	1	9 учебная неделя		нятие матива: ём вища ожения а за 30
27.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	1	9 учебная неделя		
28.	Закрепление техники передач одной рукой в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	1	10 учебная неделя		
29.	Закрепление	Стойка и передвижения	1	10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	техники передач на месте и в движении.	игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.		учебная неделя		
30.	Закрепление техники передач бросков в прыжке после ведения мяча.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	10 учебная неделя		
31.	Учет по технической подготовке штрафные броски.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной	1	11 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
32.	Учет по технической подготовке броски в прыжке с места.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
33.	Учет по технической подготовке обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
34.	Учет по технической подготовке подбор мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	12 учебная неделя		
35.	Учет по технической подготовке броски с боку.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего	1	12 учебная неделя		нятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
36.	Закрепление техники передач и бросков с места.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	12 учебная неделя		
37.	Закрепление техники передач и бросков в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	13 учебная неделя		
38.	Опеки игрока без мяча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	13 учебная неделя		
39.	Закрепление техники ведения и передач в	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по	1	13 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	движении.	прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
40.	Закрепление техники ведения и бросков в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	14 учебная неделя		
41.	Закрепление техники передач одной рукой.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	14 учебная неделя		
42.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	14 учебная неделя		нятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на передачу.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в	1	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
44.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на бросок.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	15 учебная неделя		
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	15 учебная неделя		
46.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с заслоном.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	16 учебная неделя		
47.	Закрепление техники отвлекающих	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления.	1	16 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действий на передачу с проходом под кольцо.	Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.				
48.	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4х2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	1	16 учебная неделя		
49.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу за спиной.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	1	17 учебная неделя		
50.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита) игра два на три; три на два.	1	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	Закрепление техники выбивание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	1	17 учебная неделя		
52.	Закрепление техники	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой,	1	18 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	вырывание.	средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.		неделя		
53.	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	18 учебная неделя		
54.	Закрепление техники вырывания мяча после ведения.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	18 учебная неделя		
55.	Закрепление техники подсекания мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств.	1	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
56.	Закрепление техники атаки.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	1	19 учебная неделя		
57.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	19 учебная неделя		
58.	Закрепление техники атаки двух нападающих против двух защитников.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	20 учебная неделя		нятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
59.	Закрепление техники атаки одного нападающего против одного защитника.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	20 учебная неделя		
60.	Закрепление выбивания мяча при ведении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	20 учебная неделя		
61.	Закрепление подсекания мяча при ведении.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
62.	Закрепление выбивания мяча при ведении на месте.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с	1	21 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
63.	Закрепление выбивания мяча при ведении в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
64.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в право.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	22 учебная неделя		нятие норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в лево.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
66.	Закрепление передач одной рукой с поворотом на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции	1	22 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
67.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.	1	23 учебная неделя		
68.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в прыжке.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	23 учебная неделя		
69.	Прием нормативов по технической подготовке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	1	23 учебная неделя		
70.	Штрафной бросок	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым	1	24 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.				
71.	Бросок в прыжке с места.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	24 учебная неделя		
72.	Добивание мяча в щит.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	24 учебная неделя		нятие норматива: дистанционные броски %
73.	Обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	25 учебная неделя		
74.	Закрепление	Сочетание приёмов: ловля	1	25		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач в парах.	мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6		учебная неделя		
75.	Закрепление передач в движении в парах.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»	1	25 учебная неделя		
76.	Закрепление передач в движении в парах через пол.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	26 учебная неделя		
77.	Закрепление передач в движении в парах за спиной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	1	26 учебная неделя		
78.	Закрепление передач в движении в парах в парашют.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя	1	26 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
79.	Закрепление передач в тройках.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	27 учебная неделя		
80.	Закрепление передач в тройках в движении.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	27 учебная неделя		нятие норматива: штрафные броски %
81.	Закрепление передач в тройках в движении через пол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в	2	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.				
82.	Закрепление передач в тройках в движении за спиной.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
83.	Закрепление передач в тройках в движении парашют.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		40 м (с)
84.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
85.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 2.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или	2	29 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
86.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 3.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	29 учебная неделя		
87.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 4.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	29 учебная неделя		
88.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 5.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная	2	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		игра 6*6.				
89.	Закрепление передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	30 учебная неделя		
90.	Закрепление передач в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	30 учебная неделя		
91	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2			
92	Закрепление передача быстрым прорывом 2х1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2			
93	Закрепление передача быстрым	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	2			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	прорывом 3х2.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»				
94	Закрепление техники борьбы за мяч.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2			
95	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2			
96	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2			
97.	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой	2	33 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
98.	Закрепление передача быстрым прорывом 2x1.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	33 учебная неделя		
99.	Закрепление передача быстрым прорывом 3x2.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	33 учебная неделя		
100.	Закрепление техники борьбы за мяч.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	2	34 учебная неделя		
101.	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	2	34 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Игра 5*5				
102.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Игра 5*5	2	34 учебная неделя		

Календарно-тематическое планирование 120 часов 2 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	ТБ на занятиях	Стойка игрока; перемещение в		1		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	баскетболом. Закрепление техники перемещения, ловли.	стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	1	учебная неделя		
2.	Закрепление передач и ведения мяча на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	1 учебная неделя		
3.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	1 учебная неделя		
4.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты,	1	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
5.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	2 учебная неделя		
6.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в прыжке.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	2 учебная неделя		
7.	Закрепление передач двумя руками над головой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание	1	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча.				
8.	Закрепление передач двумя руками над головой на месте.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	3 учебная неделя		
9.	Закрепление передач двумя руками над головой в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	3 учебная неделя		
10.	Закрепление передач двумя руками над головой в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	4 учебная неделя		
11.	Закрепление передач двумя руками над головой через защитника.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с	1	4 учебная неделя		ятие матива: 20 м (с)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
12.	Закрепление техники передач двумя руками.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	4 учебная неделя		
13.	Закрепление техники передач двумя руками на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	5 учебная неделя		
14.	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	5 учебная неделя		
15.	Закрепление техники передач двумя руками в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие	1	5 учебная неделя		нятие матива: очный

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
16.	Закрепление техники броска после ведения мяча с остановкой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	6 учебная неделя		
17.	Закрепление техники броска после ведения мяча в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.	1	6 учебная неделя		
18.	Закрепление техники поворотом на месте.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	6 учебная неделя		
19.	Закрепление	Стойка и передвижение	1	7		нятие

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	техники поворотом в движении.	игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.		учебная неделя		матива: жок в ну с га
20.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	7 учебная неделя		
21.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	7 учебная неделя		
22.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита в прыжке (подбор).	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	8 учебная неделя		
23.	Закрепление	Стойка и передвижения	1	8		Принятие

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	техники броскам с места после ловли мяча.	игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.		учебная неделя		норматива: высота подскока
24.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	1	8 учебная неделя		
25.	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	9 учебная неделя		
26.	Закрепление техники броскам в прыжке с места назад.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита)	1	9 учебная неделя		нятие матива: ём вища ожения а за 30
27.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и	1	9 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		скорости. Защита 1х5 (зонная защита)				
28.	Закрепление техники передач одной рукой в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	1	10 учебная неделя		
29.	Закрепление техники передач на месте и в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	10 учебная неделя		
30.	Закрепление техники передач бросков в прыжке после ведения мяча.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	10 учебная неделя		
31.	Учет по	Стойка и передвижения	1	11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	технической подготовке штрафные броски.	игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.		учебная неделя		
32.	Учет по технической подготовке броски в прыжке с места.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
33.	Учет по технической подготовке обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
34.	Учет по технической подготовке подбор мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной	1	12 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.				
35.	Учет по технической подготовке броски с боку.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	12 учебная неделя		нение норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)
36.	Закрепление техники передач и бросков с места.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	12 учебная неделя		
37.	Закрепление техники передач и бросков в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	13 учебная неделя		
38.	Опеки игрока без	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой,	1	13 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча.	средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.		неделя		
39.	Закрепление техники ведения и передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	13 учебная неделя		
40.	Закрепление техники ведения и бросков в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	14 учебная неделя		
41.	Закрепление техники передач одной рукой.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	14 учебная неделя		
42.	Закрепление техники передач одной рукой с	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым	1	14 учебная неделя		нятие норматива: отжимание в упоре лежа

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	поворотом.	прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				(раз)
43.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на передачу.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	1	15 учебная неделя		
44.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на бросок.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	15 учебная неделя		
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	15 учебная неделя		
46.	Закрепление техники	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	1	16 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	отвлекающих действий на передачу с заслоном.	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.		неделя		
47.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с проходом под кольцо.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	1	16 учебная неделя		
48.	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4х2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	1	16 учебная неделя		
49.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу за спиной.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	1	17 учебная неделя		
50.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением	1	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита) игра два на три; три на два.				стойке (с)
51.	Закрепление техники выбивание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	1	17 учебная неделя		
52.	Закрепление техники вырывание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	18 учебная неделя		
53.	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	18 учебная неделя		
54.	Закрепление техники вырывания мяча после ведения.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты,	1	18 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
55.	Закрепление техники подсекания мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	19 учебная неделя		
56.	Закрепление техники атаки.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	1	19 учебная неделя		
57.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание	1	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча.				
58.	Закрепление техники атаки двух нападающих против двух защитников.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	20 учебная неделя		ятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	Закрепление техники атаки одного нападающего против одного защитника.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	20 учебная неделя		
60.	Закрепление выбивания мяча при ведении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	20 учебная неделя		
61.	Закрепление подсекания мяча при ведении.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с	1	21 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
62.	Закрепление выбивания мяча при ведении на месте.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	21 учебная неделя		
63.	Закрепление выбивания мяча при ведении в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
64.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в право.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	22 учебная неделя		нятие норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в лево.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие	1	22 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
66.	Закрепление передач одной рукой с поворотом на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
67.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.	1	23 учебная неделя		
68.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в прыжке.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная	1	23 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		игра.				
69.	Прием нормативов по технической подготовке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	1	23 учебная неделя		
70.	Штрафной бросок	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	24 учебная неделя		
71.	Бросок в прыжке с места.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	24 учебная неделя		
72.	Добивание мяча в щит.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в	1	24 учебная неделя		нятие норматива: дистанционные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		тройках» Развитие координационных качеств.				
73.	Обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	25 учебная неделя		
74.	Закрепление передач в парах.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	1	25 учебная неделя		
75.	Закрепление передач в движении в парах.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»	1	25 учебная неделя		
76.	Закрепление передач в движении в парах через пол.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	26 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
77.	Закрепление передач в движении в парах за спиной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	1	26 учебная неделя		
78.	Закрепление передач в движении в парах в парашют.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	1	26 учебная неделя		
79.	Закрепление передач в тройках.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	27 учебная неделя		
80.	Закрепление передач в тройках в движении.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и	1	27 учебная неделя		нятие норматива: штрафные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
81.	Закрепление передач в тройках в движении через пол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	2	27 учебная неделя		
82.	Закрепление передач в тройках в движении за спиной.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
83.	Закрепление передач в тройках в движении парашют.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных	2	28 учебная неделя		40 м (с)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		качеств. Учебная игра 6*6.				
84.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
85.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 2.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	29 учебная неделя		
86.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 3.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	29 учебная неделя		
87.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 4.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости	2	29 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
88.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 5.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)
89.	Закрепление передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	30 учебная неделя		
90.	Закрепление передач в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	30 учебная неделя		
91	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств.	2			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).				
92	Закрепление передача быстрым прорывом 2х1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2			
93	Закрепление передача быстрым прорывом 3х2.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»	2			
94	Закрепление техники борьбы за мяч.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2			
95	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2			
96	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.	2			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	от щита.	Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
97.	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	33 учебная неделя		
98.	Закрепление передача быстрым прорывом 2х1.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	33 учебная неделя		
99.	Закрепление передача быстрым прорывом 3х2.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	33 учебная неделя		
100.	Закрепление техники борьбы за мяч.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков	2	34 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
101.	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Игра 5*5	2	34 учебная неделя		
102.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Игра 5*5	2	34 учебная неделя		

Календарно-тематическое планирование 180 часов 4 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	ТБ на занятиях баскетболом. Закрепление техники перемещения, ловли.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	1 учебная неделя		
2.	Закрепление передач и ведения мяча на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	1 учебная неделя		
3.	Закрепление техники передачи	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой,	2	1 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	одной рукой от плеча.	средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.		неделя		
4.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	2 учебная неделя		
5.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	2 учебная неделя		
6.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча в прыжке.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от	2	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6				
7.	Закрепление передач двумя руками над головой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	2	3 учебная неделя		
8.	Закрепление передач двумя руками над головой на месте.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	3 учебная неделя		
9.	Закрепление передач двумя руками над головой в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
10.	Закрепление передач двумя руками над головой в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	4 учебная неделя		
11.	Закрепление передач двумя руками над головой через защитника.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	4 учебная неделя		нятие матива: 20 м (с)
12.	Закрепление техники передач двумя руками.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	4 учебная неделя		
13.	Закрепление техники передач двумя руками на месте.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и	2	5 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		скорости. Учебная игра 6*6				
14.	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	5 учебная неделя		
15.	Закрепление техники передач двумя руками в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	2	5 учебная неделя		нятие матива: очный
16.	Закрепление техники броска после ведения мяча с остановкой.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	6 учебная неделя		
17.	Закрепление техники броска после ведения мяча в прыжке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча.	2	6 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.				
18.	Закрепление техники поворотом на месте.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	6 учебная неделя		
19.	Закрепление техники поворотом в движении.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	7 учебная неделя		нятие матива: жок в ну с га
20.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	7 учебная неделя		
21.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача	2	7 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
22.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита в прыжке (подбор).	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	2	8 учебная неделя		
23.	Закрепление техники броскам с места после ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	8 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока
24.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	8 учебная неделя		
25.	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты	2	9 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
26.	Закрепление техники броскам в прыжке с места назад.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		нятие матива: ём вища ожения а за 30
27.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		
28.	Закрепление техники передач одной рукой в прыжке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	10 учебная неделя		
29.	Закрепление техники передач на месте и в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие	2	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
30.	Закрепление техники передач бросков в прыжке после ведения мяча.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	2	10 учебная неделя		
31.	Учет по технической подготовке штрафные броски.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
32.	Учет по технической подготовке броски в прыжке с места.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на	2	11 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.				
33.	Учет по технической подготовке обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
34.	Учет по технической подготовке подбор мяча.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	12 учебная неделя		
35.	Учет по технической подготовке броски с боку.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	12 учебная неделя		нятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)
36.	Закрепление техники передач и бросков с места.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-	2	12 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.				
37.	Закрепление техники передач и бросков в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
38.	Опеки игрока без мяча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
39.	Закрепление техники ведения и передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
40.	Закрепление техники ведения и бросков в	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления.	2	14 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	движении.	Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).				
41.	Закрепление техники передач одной рукой.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	14 учебная неделя		
42.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	14 учебная неделя		нятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на передачу.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	15 учебная неделя		
44.	Закрепление техники передач отвлекающими действиями на бросок.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего	2	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	15 учебная неделя		
46.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с заслоном.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
47.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с проходом под кольцо.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
48.	Закрепление техники отвлекающих	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок	2	16 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действий на бросок.	одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4х2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.				
49.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу за спиной.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	2	17 учебная неделя		
50.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита) игра два на три; три на два.	2	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	Закрепление техники выбивание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	17 учебная неделя		
52.	Закрепление техники вырывание.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	18 учебная неделя		
53.	Закрепление	Варианты ловли и передачи	2	18		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	техники выбивания мяча после ведения.	мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.		учебная неделя		
54.	Закрепление техники вырывания мяча после ведения.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	18 учебная неделя		
55.	Закрепление техники подсекания мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	19 учебная неделя		
56.	Закрепление техники атаки.	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой.	2	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5				
57.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	2	19 учебная неделя		
58.	Закрепление техники атаки двух нападающих против двух защитников.	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	20 учебная неделя		нятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	Закрепление техники атаки одного нападающего против одного защитника.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	20 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
60.	Закрепление выбивания мяча при ведении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	20 учебная неделя		
61.	Закрепление подсекания мяча при ведении.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
62.	Закрепление выбивания мяча при ведении на месте.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	21 учебная неделя		
63.	Закрепление выбивания мяча при ведении в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и	1	21 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		скорости. Учебная игра 6*6				
64.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в право.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	22 учебная неделя		знание норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в лево.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
66.	Закрепление передач одной рукой с поворотом на месте.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
67.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в движении.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча.	1	23 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.				
68.	Закрепление передач одной рукой с поворотом в прыжке.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	23 учебная неделя		
69.	Прием нормативов по технической подготовке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	1	23 учебная неделя		
70.	Штрафной бросок	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	24 учебная неделя		
71.	Бросок в прыжке с места.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от	1	24 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
72.	Добивание мяча в щит.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	24 учебная неделя		нение норматива: дистанционные броски %
73.	Обводка области штрафного броска.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	25 учебная неделя		
74.	Закрепление передач в парах.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	1	25 учебная неделя		
75.	Закрепление	Стойка игрока; перемещение в	1	25		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач в движении в парах.	стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»		учебная неделя		
76.	Закрепление передач в движении в парах через пол.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	26 учебная неделя		
77.	Закрепление передач в движении в парах за спиной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	1	26 учебная неделя		
78.	Закрепление передач в движении в парах в парашют.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	1	26 учебная неделя		
79.	Закрепление передач в тройках.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра	1	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
80.	Закрепление передач в тройках в движении.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	27 учебная неделя		знание норматива: штрафные броски %
81.	Закрепление передач в тройках в движении через пол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	2	27 учебная неделя		
82.	Закрепление	Ловля и передача мяча.	2	28		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач в тройках в движении за спиной.	Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.		учебная неделя		
83.	Закрепление передач в тройках в движении парашют.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		40 м (с)
84.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	28 учебная неделя		
85.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 2.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	29 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
86.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 3.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	29 учебная неделя		
87.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 4.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	29 учебная неделя		
88.	Закрепление передач в тройках в движении по схеме 5.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)
89.	Закрепление передач в движении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча	2	30 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
90.	Закрепление передач в движении.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	30 учебная неделя		
91	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2			
92	Закрепление передача быстрым прорывом 2x1.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2			
93	Закрепление передача быстрым прорывом 3x2.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»	2			
94	Закрепление техники борьбы за	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой,	2			

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяч.	средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4х2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).				
95	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1х5 (зонная защита)	2			
96	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2			
97.	Закрепление передач в движении быстрым прорывом.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	33 учебная неделя		
98.	Закрепление передача быстрым прорывом 2х1.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков	2	33 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		«отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
99.	Закрепление передача быстрым прорывом 3х2.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Техничко-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	33 учебная неделя		
100.	Закрепление техники борьбы за мяч.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	2	34 учебная неделя		
101.	Закрепление техники борьбы за мяч за трёхсекундной зоной.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Игра 5*5	2	34 учебная неделя		
102.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Игра 5*5	2	34 учебная неделя		

