

ПРИНЯТ

На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕН

Директор БМАОУ «Лицей № 7»
_____ А.В.Молочкова
Приказ № 161-ОД от 31.08.2023 г.

Приложение

**к дополнительной общеобразовательной программе-
дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

**Учебный план
«Баскетбол»**

Направленность. Программа относится к программам физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время предметам спортивной направленности уделяется большое внимание. Программа «Баскетбол» позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение данного раздела в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Так же занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 час в неделю (34 часа). В ОУ для проведения секции отведён 1 час, поэтому обучающиеся 5-9 классов занимаются одновременно.

Возраст детей: программа составлена для учащихся 5-9 классов (возраст учащихся – 11- 15лет).

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» 5-9 класс

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
I.	Основы знаний	2		
	Понятие о технике и тактике игры в баскетбол. ТБ на занятиях.		1	
	Правила игры в баскетбол		1	
II.	Технические и тактические приемы.	32		
	Стойка баскетболиста. Броски в корзину		1	4
	Передачи мяча. Стойка баскетболиста		1	7
	Атакующий удар, перемещения по площадке		1	5
	Передвижения по площадке. Защита		1	3
	Комбинированные упражнения		0	2
	Учебно-тренировочные игры		1	4
	Судейство игр		1	1
	Итого:	34	8	26

