

**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
<b>I.</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>2</b>		
	Понятие о технике и тактике игры в баскетбол. ТБ на занятиях.		1	
	Правила игры в баскетбол		1	
<b>II.</b>	<b>Технические и тактические приемы.</b>	<b>32</b>		
	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
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>

