

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ВАСИЛЬЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического совета  
от «05» апреля 2023 г.  
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Васильевская  
СОШ»  
Серова Н.М.   
«05» апреля 2023 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»  
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 11 – 15 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Панов Алексей Петрович,  
учитель физической  
культуры

г. Сергиев Посад, 2023 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (стартовый уровень) имеет физкультурно-спортивную **направленность**.

**Актуальность программы** состоит в том, что в настоящее время баскетбол как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене. Тем не менее проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

**Цель** – создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

**Задачи** программы:

*обучающие*

1. Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

*личностные*

1. содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
2. воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
3. формирование навыков здорового образа жизни;

*метапредметные*

1. способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости
2. развивать координационные способности и силу воли.

**Отличительные особенности программы** заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностях детей 11 – 15 лет.

**Адресат программы** – обучающиеся 11 – 15 лет, отнесенные по отношению к занятиям физической культурой к основной медицинской группе с учетом

дифференцированного подхода к возрасту учащихся и уровню их физической подготовки. Конкурсного отбора нет.

Подростковый возраст 11 – 15 лет. Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Именно в этом возрасте происходят интенсивные и кардинальные изменения в организации ребенка на пути к биологической зрелости и полового созревания. Характерными новообразованиями подросткового возраста есть стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

**Объем и срок освоения программы** 72 часа в год, 2 раза в неделю.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации образовательного процесса** занятия проходят в групповой форме с детьми одной возрастной категории. Состав группы постоянен.

**Режим занятий** занятия проходят с группой 2 раза в неделю по одному академическому часу, который длится 45 минут. Общее количество часов в год – 72 часа.

**Планируемые результаты**

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных

игр.

Развить качества личности:

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы 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 баскетболом, 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.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

– повседневное систематическое наблюдение;

– участие в спортивных праздниках, конкурсах;

– участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

– спортивные праздники, конкурсы;

– матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

– соревнования школьного и районного масштабов.

**Материально-техническое обеспечение:** для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты тренировочные с кольцами - 2 шт.

2. Мячи баскетбольные - 10 шт.

**Информационное обеспечение:** аудио-, видео-, фото-, интернет-источники, работа с сайтом образовательной организации (страница о секции баскетбола, результаты тестирований, соревнований, работа с родителями, фото- и видеоматериалы, и прочее).

**Кадровое обеспечение:** программа рассчитана на преподавателя, владеющего знаниями по педагогике, психологии и методикой проведения занятий.

### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие баскетбола в России	1	1	-	беседа, инструктаж, тестирование
2	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	-	беседа, инструктаж
3	Общая и специальная физическая подготовка	28	9	19	выполнение упражнений
4	Основы техники и тактики игры	30	8	22	контрольные нормативы, выполнение упражнений
5	Контрольные игры и соревнования	6	3	3	соревнования по баскетболу
6	Тестирование	6	1	5	тестирование

## Содержание изучаемого курса

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания пособия по внеурочной деятельности учащихся «Баскетбол» авторы: В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

### **Раздел 1. Развитие баскетбола в России.**

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

*Теория:* Знакомство детей друг с другом и с тренером-педагогом. Правила и нормы поведения в учебном учреждении, режим занятий и особенности их проведения.

### **Раздел 2. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.**

Соблюдение санитарно-гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

*Теория:* Занятия физической культурой в режиме дня школьника. Гигиена тела. Форма занятий в спортивном зале и на открытом воздухе (летом и зимой). Временные противопоказания к занятиям.

### **Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка.**

Единая спортивная классификация. Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.

Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Индивидуальные действия при нападении.

*Теория:* Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

Специальная физическая подготовка.

*Практика:* Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении».

Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом.

*Практика:* Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).

*Теория:* Командные действия в нападении.

*Практика:* Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.

Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».

Бросок мяча в движении с одного шага. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.

### **Раздел 4. Основы техники и тактики игры**

*Теория:* Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного

мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

*Практика:*

*Техника нападения.* Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

*Техника защиты.* Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

*Тактика нападения.* Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 х 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

*Тактика защиты.* Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

### **Раздел 5. Контрольные игры и соревнования**

Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Совершенствование техники ведения мяча. Учет в процессе спортивной тренировки. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.

*Теория:* Оформление хода и результатов соревнований, разбор проведенных игр, устранение ошибок в игре.

*Практика:* Соревнования по мини-баскетболу, соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

### **Раздел 6. Тестирование**

История развития баскетбола. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

### **Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

Во время занятий используются следующие методы.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесные методы обучения (устное изложение, беседа);
- наглядные методы обучения (показ видеоматериалов, презентаций, исполнение педагогом, работа обучающихся и взрослых по образцу);
- практические методы обучения (тренинг, практикум).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные методы обучения;
- частично-поисковые методы обучения (участие детей в коллективном поиске).

На занятиях используются групповая и индивидуально-групповая формы организации деятельности обучающихся и взрослых, а также различные формы проведения занятий (консультация, соревнования, и другие).

### **Список литературы**

1. Внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий М.: Просвещение, 2013 г.
2. Программа физическое воспитание учащихся 5-9 классов. В.И. Лях; М.: Просвещение, 2014 г.

**Календарный учебный график**  
**Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»**  
**(базовый уровень)**

год обучения: 1

группа: 1

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Теор.	1	<b>Развитие баскетбола в России</b>	Лекционный зал	беседа, инструктаж, тестирование
2				Теор.	1	<b>Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях</b>	Лекционный зал	беседа, инструктаж
						<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>		
3				Теор. ОФП	1	Единая спортивная классификация. ОФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
4				Техн.	1	Совершенствование техники передвижения при нападении.	Спортивный зал	выполнение упражнений
5				Такт.	1	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Спортивный зал	выполнение упражнений
6				Контр. Интегр.	1	Контрольные испытания. Учебная игра.	Спортивный зал	контрольные нормативы, выполнение упражнений
7				Теор. Техн.	1	Костно-мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.	Спортивный зал	выполнение упражнений
8				Такт.	1	Индивидуальные действия при	Спортивный зал	выполнение

						нападении с мячом и без мяча.		упражнени й
9				Такт. Интегр.	1	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
10				Теор. ОФП	1	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
11				Техн. СФП	1	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
12				Такт.	1	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
13				Такт. Интегр.	1	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
14				Теор. Техн.	1	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
15				Такт.	1	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
16				Интегр.	1	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
17				Теор. ОФП	1	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Спортивный зал	выполнени е упражнени й
18				Техн. СФП	1	Скрытые передачи мяча под рукой, из-	Спортивный зал	выполнени е

						за спины, из-за спины в пол. СФП		упражнения
19				Такт.	1	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Спортивный зал	выполнение упражнений
20				Такт.	1	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	Спортивный зал	выполнение упражнений
21				Теор. Интегр.	1	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	Спортивный зал	выполнение упражнений
22				Контр. Техн. СФП	1	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
23				Теор. ОФП Такт.	1	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	Спортивный зал	выполнение упражнений
24				Такт. Интегр.	1	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	Спортивный зал	выполнение упражнений
25				Теор. Техн. ОФП	1	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
26				Техн.	1	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого	Спортивный зал	выполнение упражнений

						сопротивления.		
27				Такт. Интегр.	1	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
28				Такт. СФП	1	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
29				Теор. ОФП Техн.	1	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	Спортивный зал	выполнение упражнений
30				Такт.	1	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Спортивный зал	выполнение упражнений
						<b>Основы техники и тактики игры</b>		
31				Такт. Интегр.	1	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Спортивный зал	выполнение упражнений
32				Теор. ОФП Техн.	1	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.	Спортивный зал	выполнение упражнений
33				Техн. Интегр.	1	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений

34				Такт. СФП	1	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
35				Теор. Техн.	1	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	Спортивный зал	выполнение упражнений
36				Такт.	1	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спортивный зал	выполнение упражнений
37				Интегр.	1	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортивный зал	выполнение упражнений
38				Такт. Интегр.	1	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
39				Теор. ОФП Техн.	1	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	Спортивный зал	выполнение упражнений
40				Такт.	1	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	Спортивный зал	выполнение упражнений
41				Такт. Интегр.	1	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
42				Теор. СФП Техн.	1	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с	Спортивный зал	выполнение упражнений

						переводом на другую руку.		
43				Контр. Интегр.	1	Контрольные испытания. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
44					1	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
45				Такт.	1	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	Спортивный зал	выполнение упражнений
46				Интегр.	2	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	Спортивный зал	выполнение упражнений
47				Техн. ОФП	1	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
48				Теор. СФП Техн.	1	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Спортивный зал	выполнение упражнений
49				Такт.	1	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Спортивный зал	выполнение упражнений
50				Интегр.	1	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	Спортивный зал	выполнение упражнений
51				Теор. ОФП Техн.	1	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	Спортивный зал	выполнение упражнений
52				Техн.	2	Бросок мяча	Спортивный зал	выполнение

				Интегр		изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	зал	е упражнения
53				Теор. Интегр.	1	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спортивный зал	выполнение упражнений
54				Техн.	1	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	Спортивный зал	выполнение упражнений
55				Такт. СФП	1	Противодействия взаимодействию трех игроков – «двоенному заслону». СФП	Спортивный зал	выполнение упражнений
56				Интегр.	1	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спортивный зал	выполнение упражнений
57				Теор. Интегр. Техн.	1	Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.	Спортивный зал	выполнение упражнений
58				Такт.	1	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Спортивный зал	соревнования по баскетболу
						<b>Контрольные игры и соревнования</b>		
59				Теор. Интегр.	1	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная	Спортивный зал	контрольные нормативы, выполнение

						игра.		е упражнени й
60				Техн.	1	Совершенствование техники ведения мяча.	Спортивный зал	контрольн ые нормативы , выполнени е упражнени й
61				Теор. ОФП	1	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Спортивный зал	контрольн ые нормативы , выполнени е упражнени й
62				Теор. Интегр.	2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спортивный зал	контрольн ые нормативы , выполнени е упражнени й
63				Такт. СФП	1	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Спортивный зал	контрольн ые нормативы , выполнени е упражнени й
						<b>Тестирование</b>		
64				Теор. Контр.	2	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Лекционный зал	тестирован ие
65				Интегр.	1	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	Спортивный зал	тестирован ие
66				Техн.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Спортивный зал	тестирован ие
67				Интегр.	1	Многократное выполнение технических приемов и	Спортивный зал	тестирован ие

						тактических действий.		
68				Интегр.	1	Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортивный зал	тестирование
					72	<b>Итого:</b>		