

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 167»**

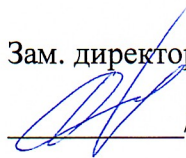
РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей
общественно-гуманитарных наук

Протокол от 27.08.2026 г. № 1

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 /Ray Т.Г.

27.08.2026г.

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
протокол от 27.08.2026 г. № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Спортивные игры»

для среднего общего образования

Срок освоения программы: 2 года (10, 11 классы)

(ID 11477126)

Составители:

Агеенко М.А., учитель физической культуры

г. Новосибирск, 2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС СОО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры.. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спортивные игры» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне среднего общего образования, – 68 часов: в 10 классе – 34 часов (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часов (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 КЛАСС

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки: Освоение методик оценки состояния осанки. Разработка и реализация индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой (упражнения на укрепление мышечного корсета, растяжение и расслабление).

Коррекция массы тела: Изучение основ рационального питания в сочетании с физической нагрузкой. Разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой (аэробной направленности) для нормализации массы тела.

Составление планов-конспектов: Обучение алгоритму составления плана-конспекта для самостоятельных занятий спортивной подготовкой (разминка, основная часть, заключительная часть).

Учет индивидуальных особенностей: Способы учета уровня физической подготовленности, состояния здоровья и типа телосложения при дозировании нагрузки в самостоятельных тренировках.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

Профилактика перенапряжения: Освоение комплексов упражнений мышечной релаксации и регуляции деятельности вегетативной нервной системы.

Профилактика утомления и зрительного напряжения: Применение средств оздоровительной физической культуры для снятия общего утомления и профилактики остроты зрения (гимнастика для глаз, динамические паузы).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

Модуль «Спортивные игры»

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками. Передача мяча одной рукой от плеча и снизу. Бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность. Двусторонние игры по правилам с использованием ранее разученных технических приемов и тактических взаимодействий.

Волейбол. Технические приемы. Прямой нападающий удар. Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места. Тактическая подготовка: Тактические действия в защите и нападении (выбор позиции, взаимодействие игроков). Игровая деятельность: Двусторонние игры по правилам с использованием ранее разученных технических приемов.

11 КЛАСС

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки: Совершенствование методик оценки состояния осанки. Разработка и реализация индивидуальных планов занятий коррегирующей гимнастикой с учётом выявленных нарушений (укрепление мышечного корсета, растяжение и расслабление).

Коррекция массы тела: Изучение основ рационального питания в сочетании с физической нагрузкой. Разработка индивидуальных планов занятий коррегирующей гимнастикой аэробной направленности для нормализации массы тела и повышения функциональных возможностей организма.

Составление планов-конспектов: Совершенствование навыков составления плана-конспекта для самостоятельных занятий спортивной подготовкой (разминка, основная часть, заключительная часть) с учётом целей тренировки и этапа подготовки.

Учет индивидуальных особенностей: Способы учета уровня физической подготовленности, состояния здоровья, типа телосложения и функциональных возможностей при дозировании нагрузки в самостоятельных тренировках. Корректировка планов в зависимости от результатов самоконтроля.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

Профилактика перенапряжения: Освоение и совершенствование комплексов упражнений мышечной релаксации и регуляции деятельности вегетативной нервной системы.

Профилактика утомления и зрительного напряжения: Применение средств оздоровительной физической культуры для снятия общего утомления и профилактики остроты зрения (гимнастика для глаз, динамические паузы, дыхательные упражнения).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

Модуль «Спортивные игры»

Баскетбол: Технические приемы: Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками. Передача мяча одной рукой от плеча и снизу. Бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая

деятельность: Двусторонние игры по правилам с использованием ранее разученных технических приемов и тактических взаимодействий.

Волейбол: Технические приемы: Прямой нападающий удар. Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места. Тактическая подготовка: Тактические действия в защите и нападении (выбор позиции, взаимодействие игроков). Игровая деятельность: Двусторонние игры по правилам с использованием ранее разученных технических приемов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по

организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия**:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в **10 классе** обучающийся научится:

разрабатывать планы спортивной тренировки, определяя их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять нормативы комплекса ГТО в беговых и технических дисциплинах с соблюдением установленных требований к технике выполнения;

демонстрировать и применять технико-тактические действия в спортивных играх:

баскетбол: передача мяча одной рукой снизу и от плеча, броски в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование изученных приемов в игровой деятельности;

волейбол: прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование изученных приемов в игровой деятельности.

К концу обучения в **11 классе** обучающийся научится:

самостоятельно составлять и корректировать планы спортивной тренировки, определяя их целевое содержание в соответствии с динамикой индивидуальных показателей развития основных физических качеств;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических спортивных дисциплинах на уровне, соответствующем возрастной ступени, с соблюдением установленных требований к технике;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование изученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование изученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	17			
2.2	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	17			
Итого по разделу		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	17			
2.2	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	17			
Итого по разделу		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Отработка верхней прямой и нижней прямой передачи мяча. Передачи мяча со сменой мест.	1				
2	Отработка верхней прямой и нижней прямой передачи мяча. Передачи мяча со сменой мест.	1				
3	Отработка нападающего удара с места. Прием мяча сверху двумя руками и снизу. Игра в пионербол с элементами волейбола	1				
4	Нападающий удар в движении. Нижний прием с переводом мяча вправо/влево. Нижняя подача мяча. Верхняя подача мяча.	1				
5	Нападающий удар в движении. Нижний прием с переводом мяча вправо/влево. Нижняя подача мяча. Верхняя подача	1				

	мяча.					
6	Расстановка на площадке и правила перехода. Передачи мяча через сетку. Игра в пионербол с элементами волейбола	1				
7	Совершенствование верхней и нижней передачи мяча. Отработка верхнего приема и нижнего приема.	1				
8	Круговая тренировка с элементами волейбола.	1				
9	Совершенствование верхней и нижней подачи мяча.	1				
10	Упражнения специальной физической подготовки	1				
11	Верхняя подача мяча и нижний прием	1				
12	Нижняя подача мяча и верхний прием	1				
13	Подача мяча любым способом в определенную зону площадки					
14	Разучивание постановки блока при нападающем ударе	1				
15	Нападающий удар и постановка блока	1				

16	Повторение изученных элементов в волейболе. Игра в волейбол.	1				
17	Игра в волейбол	1				
18	Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. Передачи мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от груди, одной рукой сбоку	1				
19	Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. Передачи мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от груди, одной рукой сбоку	1				
20	Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек). Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением. Передача мяча в тройках или пятёрках	1				
21	Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек). Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением. Передача мяча в тройках или пятёрках	1				

22	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Длинные передачи в отрыв в парах, тройках	1				
23	Совершенствование технике ведения мяча. Непрерывное ведение мяча.Броски из-под кольца с препятствием. Броски со средней дистанции без сопротивления	1				
24	Совершенствование технике ведения мяча. Непрерывное ведение мяча.Броски из-под кольца с препятствием. Броски со средней дистанции без сопротивления	1				
25	Броски из-под кольца одной рукой в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Игра в баскетбол	1				
26	Броски из-под кольца одной рукой в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Игра в баскетбол	1				
27	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1				
28	Совершенствование техники защитных действий. Совершенствование техники дальних и средних бросков.	1				
29	Совершенствование техники защитных	1				

	действий. Совершенствование техники дальних и средних бросков.					
30	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Тактические действия в нападении	1				
31	Техническая подготовка(перемещение, ведение мяча приемы остановок)индивидуальные тактические действия с мячом и без мяча	1				
32	Командные и тактические действия в нападении и защите.	1				
33	Индивидуальные и групповые атакующие действия. Двухсторонняя игра.	1				
34	Игра в баскетбол	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0		

11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Отработка верхней прямой и нижней прямой передачи мяча. Передачи мяча со сменой мест.	1				
2	Отработка верхней прямой и нижней прямой передачи мяча. Передачи мяча со сменой мест.	1				
3	Отработка нападающего удара с места. Прием мяча сверху двумя руками и снизу. Игра в пионербол с элементами волейбола	1				
4	Нападающий удар в движении. Нижний прием с переводом мяча вправо/влево. Нижняя подача мяча. Верхняя подача мяча.	1				
5	Нападающий удар в движении. Нижний прием с переводом мяча вправо/влево. Нижняя подача мяча. Верхняя подача	1				

	мяча.					
6	Расстановка на площадке и правила перехода. Передачи мяча через сетку. Игра в пионербол с элементами волейбола	1				
7	Совершенствование верхней и нижней передачи мяча. Отработка верхнего приема и нижнего приема.	1				
8	Круговая тренировка с элементами волейбола.	1				
9	Совершенствование верхней и нижней подачи мяча.	1				
10	Упражнения специальной физической подготовки	1				
11	Верхняя подача мяча и нижний прием	1				
12	Нижняя подача мяча и верхний прием	1				
13	Подача мяча любым способом в определенную зону площадки					
14	Разучивание постановки блока при нападающем ударе	1				

15	Нападающий удар и постановка блока	1				
16	Повторение изученных элементов в волейболе. Игра в волейбол.	1				
17	Игра в волейбол	1				
18	Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. Передачи мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от груди, одной рукой сбоку	1				
19	Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. Передачи мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от груди, одной рукой сбоку	1				
20	Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек). Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением. Передача мяча в тройках или пятёрках	1				
21	Ведение мяча с изменением направления(обводка фишек). Ловля передача мяча в парах в одном прыжке передача мяча в квадрате с сопротивлением. Передача мяча в тройках	1				

	или пятёрках					
22	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Длинные передачи в отрыв в парах, тройках	1				
23	Совершенствование технике ведения мяча. Непрерывное ведение мяча.Броски из-под кольца с препятствием. Броски со средней дистанции без сопротивления	1				
24	Совершенствование технике ведения мяча. Непрерывное ведение мяча.Броски из-под кольца с препятствием. Броски со средней дистанции без сопротивления	1				
25	Броски из-под кольца одной рукой в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Игра в баскетбол	1				
26	Броски из-под кольца одной рукой в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Игра в баскетбол	1				
27	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1				
28	Совершенствование техники защитных действий. Совершенствование техники	1				

	дальних и средних бросков.					
29	Совершенствование техники защитных действий. Совершенствование техники дальних и средних бросков.	1				
30	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Тактические действия в нападении	1				
31	Техническая подготовка(перемещение, ведение мяча приемы остановок)индивидуальные тактические действия с мячом и без мяча	1				
32	Командные и тактические действия в нападении и защите.	1				
33	Индивидуальные и групповые атакующие действия. Двухсторонняя игра.	1				
34	Игра в баскетбол	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0		