

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа села Багаевка  
муниципального образования «Город Саратов» имени Героя Советского  
Союза Н.В. Котлова»

**Одобрено**

На заседании школьного  
методического объединения  
классных руководителей

Амб - Алексушина А.К.

Протокол № 1 от  
«27» 08 2024г.

**Согласовано**

Заместитель директора  
по ВР МАОУ «СОШ с.  
Багаевка им. Н.В. Котлова»

Амб - Алексушина А.К.

«27» 08 2024г.

**Утверждено**

Директор школы

Панчук Ж.А.

Приказ № 96 от  
«29» 08 2024г.

**Рабочая программа курса внеурочной  
деятельности  
«Баскетбол»  
1-5 класс**

Ф.И.О. преподавателя  
Богословская Анна Владимировна

2024 год

## Пояснительная записка

### Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия баскетболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам);

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности баскетбола;

- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с частными задачами по баскетболу, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности обучающихся.

*В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в баскетболе;

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:*

- умение планировать режим дня обучающихся, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться красиво легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:*

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических и тактических действий в баскетболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по баскетболу.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. В единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

*В области физической культуры:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по баскетболу, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по баскетболу.

**Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по баскетболу.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- знания по истории развития баскетбола в олимпийском движении, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знание основных направлений развития баскетбола в области физической культуры, их целей, задач и форм организации;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте баскетбола в организации здорового образа жизни.

*В области нравственной культуры:*

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий по баскетболу, доброжелательное и уважительное отношение к обучающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- умение оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований по баскетболу.

*В области трудовой культуры:*

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- способность организовывать самостоятельные занятия по баскетболу разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

*В области эстетической культуры:*

- способность организовывать самостоятельные занятия по баскетболу, формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

*В области коммуникативной культуры:*

- способность интересно и доступно излагать знания о баскетболе, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;

- способность осуществлять судейство соревнований по баскетболу, владеть информационными жестами судьи.

*В области физической культуры:*

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность составлять планы занятий по баскетболу с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

**Сроки реализации** программы – один год.

Форма обучения - групповая.

Режим занятий – 1 часа в неделю.

Методы обучения – индивидуальный, групповой, соревновательный.

### **Планируемые результаты**

*Ученик научится:*

- понимать роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

- основам формирования двигательных действий и развития физических качеств;

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

- выполнять технические действия по баскетболу;

- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений по баскетболу;

*Ученик получит возможность научиться:*

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- проводить самостоятельные занятия по баскетболу. Регулировать физические нагрузки на этих занятиях, т.е. обучающиеся самостоятельно должны отбирать средства и методы занятий, организовывать занятия, определять эффективность занятий в соответствии с поставленной задачей, ориентируясь на индивидуальные показатели физического развития и физической подготовленности;
- составлять комплексы физических упражнений для развития физических качеств, подготовительные и подводящие упражнения для игры в баскетбол;
- включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

## **Содержание программы**

### *Знания о физической культуре*

**История физической культуры.** Физическая культура в современном обществе. История развития бадминтона, и его роль в современном обществе. История зарождения баскетбола в мире, СССР и России. Баскетбол и олимпийское движение. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов – баскетболистов на международной арене.

**Базовые понятия физической культуры.** Основные термины и понятия игры в баскетбол. Правила игры. Техническая подготовка. Основные технические приемы игры : стойки; передачи; броски; перемещения. Двигательный навык, двигательное умение как качественные характеристики освоенности движений в баскетболе. Физическое развитие человека. Физическая подготовка баскетболиста, направленное развитие физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Спортивная подготовка. Основные режимы нагрузки (оздоровительный, поддерживающий, развивающий, тренирующий режимы). Адаптивная физическая культура как система оздоровительных занятий физическими упражнениями по укреплению и сохранению здоровья. Баскетбол и его применение в адаптивной физической культуре. Здоровье и здоровый образ жизни. Значение занятий баскетболом в формировании здорового образа жизни и профилактике вредных привычек. Физкультурно-оздоровительные занятия баскетболом, как средство всестороннего и гармоничного развития личности.

**Физическая культура человека.** Режим дня обучающегося его основное содержание и правила планирования. Закаливание организма. Гигиенические требования к проведению занятий по баскетболу. Форма для занятий. Правила и техника безопасности на занятиях. Правила закаливания организма. Ведение дневника самонаблюдения за физическим развитием, физической подготовленностью. Влияние занятий баскетболом на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Основы планирования тренировочных занятий, их структура и содержание. Правила проведения восстановительных процедур: дыхательная гимнастика, восстановительный массаж.

Правила оказания доврачебной помощи во время занятий физической культурой и спортом.

### ***Способы двигательной (физкультурной) деятельности***

**Организация и проведение самостоятельных занятий по баскетболу.** Подготовка места для занятий, размеры игровой площадки, инвентарь. Выбор упражнений, составление и выполнение индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз. Упражнения для формирования правильной осанки и ее коррекции. Планирование занятий по баскетболу. Составление по образцу комплексов упражнений для развития физических качеств в баскетболе. Подводящие и подготовительные упражнения, необходимые для освоения двигательных действий. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Последовательное выполнение частей занятия, наблюдение за режимом нагрузки (по частоте сердечных сокращений) в течение занятия. Организация досуга посредством игры в баскетбол (стритбол).

**Оценка эффективности занятий по баскетболу.** Самонаблюдение и самоконтроль на занятиях. Ведение дневника самонаблюдения, за динамикой физического развития и физической подготовленности. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Правила самостоятельного тестирования физических качеств. Оценка основных технических приемов игры (стойки, передачи, броски, ведение, перемещение по площадке). Способы выявления и устранения ошибок. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

### ***Физическое совершенствование***

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Комплексы упражнений для развития физических качеств.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз. Комплексы упражнений для коррекции фигуры и массы тела с учетом индивидуальных особенностей физического развития. Комплексы ЛФК для лиц с отклонением в состоянии здоровья.

**Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.**

Развитие быстроты, силы, координации движений, выносливости.

**Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью.** Упражнения специальной технической подготовки. Игра по правилам

**Тематическое планирование  
с определением основных видов учебной деятельности**

<i>Содержание курса</i>	<i>Тематическое планирование</i>	<i>Характеристика видов деятельности обучающихся</i>
<b><i>Знания о физической культуре</i></b>		
<b>История физической культуры.</b> История развития баскетболадминтона.	<b>Основные содержательные линии.</b> Основные этапы развития баскетбола. Правила игры в баскетбол.	<b>Знать</b> историю развития баскетбола. <b>Излагать</b> общие правила игры.
<b>Базовые понятия физической культуры.</b> Физическое развитие.	<b>Основные содержательные линии.</b> Основные показатели физического развития. Осанка как показатель физического развития. Факторы, влияющие на форму осанки. Средства формирования и профилактика нарушения осанки.	<b>Называть</b> основные показатели физического развития. <b>Измерять</b> показатели физического развития. <b>Называть</b> основные признаки правильной осанки. <b>Выполнять</b> упражнения для формирования и профилактики осанки.
<b>Физическая культура человека.</b> Режим дня, его основное содержание.	<b>Основные содержательные линии.</b> Режим дня, его основное содержание и правила планирования.	<b>Знать</b> о значении режима дня в жизни человека. <b>Владеть</b> правилами планирования и <b>составлять</b> режим дня.
<b><i>Способы физкультурной деятельности (4 часа)</i></b>		
<p><b>Организация и проведение занятий физической культурой.</b> Организация и проведение занятий по игре в баскетбол.</p> <p>Выбор и составление упражнений для комплекса утренней зарядки.</p>	<p><b>Основные содержательные линии.</b> Подготовка места к занятиям баскетболом. Размеры игровой площадки. Подбор инвентаря.</p> <p><b>Основные содержательные линии.</b> Выбор упражнений, составление и выполнение индивидуальных комплексов для утренней зарядки.</p>	<p><b>Соблюдать</b> требования безопасности на игровой площадке. <b>Называть</b> размеры игровой площадки, её основные зоны. <b>Выбирать</b> размер мяча (№6, №7). <b>Называть</b> последовательность выполнения упражнений в комплексе утренней зарядки. <b>Выполнять</b> упражнения утренней зарядки.</p>

<i>Содержание курса</i>	<i>Тематическое планирование</i>	<i>Характеристика видов деятельности обучающихся</i>
<p><b>Оценка эффективности занятий физической культурой.</b> Способы самоконтроля на занятиях баскетболом.</p>	<p><b>Основные содержательные линии.</b> Самонаблюдение и самоконтроль на занятиях. Ведение дневника самонаблюдения, за динамикой физического развития и физической подготовленности. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий.</p>	<p><b>Характеризовать</b> основные способы самоконтроля на занятиях. <b>Вести</b> дневник самонаблюдений. <b>Выполнять</b> тестовые задания для определения физического развития и физической подготовки. <b>Измерять</b> частоту сердечных сокращений во время занятий.</p>
<b><i>Физическое совершенствование (34 часа)</i></b>		
<p><b>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек</b></p>	<p>Дальнейшее закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Освоение ловли и передач мяча</b></p>	<p>Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Освоение техники ведения мяча</b></p>	<p>Дальнейшее закрепление техники ведения мяча</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Овладение техникой бросков мяча</b></p>	<p>Дальнейшее закрепление техники бросков мяча одной и двумя руками в прыжке</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p>
<p><b>Освоение индивидуальной</b></p>	<p>Совершенствование техники вырывания и</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий,</p>



<i>Содержание курса</i>	<i>Тематическое планирование</i>	<i>Характеристика видов деятельности обучающихся</i>
<b>техники защиты</b>	выбивания мяча, перехвата	осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
<b>Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей</b>	Совершенствование техники владения мячом и развитие координационных способностей.	Моделируют технику ' освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
<b>Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей</b>	Совершенствование техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
<b>Освоение тактики игры</b>	Дальнейшее закрепление тактики игры. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух (трёх) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восьмёрка)	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
<b>Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</b>	Игра по упрощённым правилам баскетбола. Совершенствование психомоторных способностей	Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия баскетбола для комплексного развития физических способностей. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха

### Календарно-тематическое планирование

№	ДАТА (план/факт)		ТЕМА учебного занятия	Кол- во часов	Форма занятий	ЭОР/ЦОР
1	02.09		Краткий обзор развития баскетбола в России и за рубежом. Инструктаж по охране труда и техники безопасности. ОФП	1	Беседа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/</a>
2	09.09		Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/</a>
3	15.09		Техник ловли и передач мяча	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/</a>
4	23.09		Техника ведения мяча	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/</a>
5	30.09		Техника бросков мяча одной рукой с места	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/start/262383/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/start/262383/</a>
6	07.10		Техника бросков мяча двумя руками с места	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/</a>
7	14.10		Техника вырывания и выбивания мяча, перехват	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1274/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1274/</a>
8	21.10		Совершенствование техники владения мячом и развитие координационных способностей.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1305/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1305/</a>
9	28.10		Участие в Первенстве района	1	Соревнования	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/</a>
10	11.11		Выбивание мяча у нападающего во время	1	Практическое	

			ведения. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.		занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/start/</a>
11	18.11		Согласование индивидуальных приемов в групповых взаимодействиях. Бросок в прыжке со средней дистанции.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/start/</a>
12	25.11		Защитное блокирование при борьбе за отскочивший от щита мяч. Нападение через центрального	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3464/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3464/start/</a>
13	02.12		Перевод мяча перед собой с шагом в сторону. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
14	09.12		Блиц – турнир. 3*3	1	Соревнования	
15	16.12		Бросок одной и двумя руками с места. Броски с точек (из 20 раз). Быстрый прорыв.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
16	23.12		Бросок в прыжке. Броски в движении после ведения Нападение в расстановке 3–2.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
17	13.01		Передача двумя руками от груди и от плеча. Нападение в расстановке 2–3.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
18	20.01		Передача двумя руками с отскоком от пола. Нападение в расстановке 1–3–1.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
19	27.01		Нападение против личной защиты. Защита трое против одного.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
20	03.02		Организация и проведение соревнований. Права и	1	Практическое занятие с	

			обязанности судьи. Работа судьи на соревнованиях по баскетболу.		игровым элементом. Учебная игра.	
21	10.02		Высокое (скоростное) ведение. Низкое ведение с укрыванием мяча. Защита трое против двоих.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
22	17.02		Ведение с изменением направления и скорости. Личная защита.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
23	03.03		Обманные движения или финты. Зонная защита в расстановке 1–2–2	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
24	10.03		Перевод мяча за спиной. Индивидуальные действия в защите (перехват, вырывание, выбивание мяча, накрывание мяча).	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
25	17.03		Передача одной рукой за спиной. Позиционное нападение со сменой мест	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
26	24.03		Совершенствование техники владения мячом и развитие координационных способностей.	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
27	07.04		Совершенствование техники перемещений	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
28	14.04		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
29	21.04		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3	1	Практическое занятие с игровым элементом.	

					Учебная игра.	
30	28.04		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4:4, 5:5 на одну корзину	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
31	05.05		Нападение быстрым прорывом	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
32	12.05		Взаимодействие двух (трёх) игроков в нападении и защите	1	Практическое занятие с игровым элементом. Учебная игра.	
33	19.05		Блиц-турнир	1	Соревнования	
34	26.05		Блиц-турнир	1	Соревнования	