Дьяков Сергей Михайлович
Подписан: Дьяков Сергей Михайлович
DN: OU=Директор, O="СПб ГБПОУ Техникум ""Автосервис"" (МЦПК)""", CN=Дьяков Сергей Михайлович, E=t.avtoservis@obr.gov.spb.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2024.02.12 16:18:55+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Учебный план

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Баскетбольный мяч

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	**Тема 1. Вводное занятие**	**4**	**3**	**1**	Собеседование
2	**Раздел 1. Основы физической культуры**	**10**	**5**	**5**	Тестирование
3	**Тема 1.** Физическое воспитание и развитие.	4	2	2	Собеседование
4	**Тема 2.** Психологическая культура.	4	2	2	Викторина.
5	**Тема 3.** Владение приемами помощи и самопомощи при травме	2	1	1	Отработка приемов помощи при травмах
6	**Раздел 2. Общая физическая подготовка**	**18**	**-**	**18**	Выполнение контрольных нормативов по ОФП
7	**Раздел 3. Специальная, техническая подготовка и тактическая подготовка**	**98**	**2**	**96**	Выполнение контрольных нормативов по СП
8	**Тема 1.** Основы знаний по теории баскетбола	2	2	-	Тестирование
9	**Тема 2.** Техника прыжков, поворотов, передвижений, остановок и стоек	10	-	10	Показ видов техники прыжков, передвижений

10	**Тема 3.** Техника ведения мяча	12	-	12	Испытания на точность ведения мяча
11	**Тема 4.** Техника передачи мяча	18	-	18	Испытания на точность техники передач мяча
12	**Тема 5.** Техника ловли и бросков мяча.	40	-	40	Испытания на точность техники ловли мяча
13	**Тема 6.** Тактика и техника действий в защите и в нападении	10	-	10	Командные действия в защите и нападении
14	**Тема 7.** Тактика и техника в двухсторонних играх	6	-	6	Испытания тактики и техники
15	**Раздел 4. Игровая практика**	**12**	**-**	**12**	Учебная игра
16	Игра в команде 5х5	6	-	6	Учебная игра 5*5
17	Соревнования. Правила соревнований.	6	-	6	Учебная игра
18	Итоговое занятие	**2**	**-**	**2**	Товарищеская встреча - соревнование
Всего:		**144**	**10**	**134**	