

СОГЛАСОВАНО

на методическом Совете

протокол № 67 от 31.08.2015



Директору МАУ ДПО «ДЮСШ № 2»

М.В. Одегов

2015 г.

**Учебно-тематический план отделения баскетбола
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п	Раздел подготовки	СОГ	ГНП			УТГ			
			1	2	3	1	2	3	4
1.	Теоретическая подготовка								
1.1	Развитие физической культуры, спорта, баскетбола в России	1	1	1	1	1	1	1	1
1.2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	1	1	1	1	1	1	1
1.3	Гигиенические требования к занимающимся спортом	1	1	1	1	1	1	1	1
1.4	Профилактика травматизма, оказание первой медицинской помощи	1	1	1	1	1	1	1	1
1.5	Общая характеристика спортивной подготовки	1	1	1	1	1	1	1	1
1.6	Планирование и контроль в процессе занятия спортом	-	-	-	-	1	1	1	1
1.7	Основы техники игры, техническая подготовка	1	1	-	-	2	2	2	1
1.8	Основы тактики игры, тактическая подготовка	1	1	-	-	4	4	4	5
1.9	Физическая подготовка и физические качества			1	1	1	1	1	1
1.10	Спортивные соревнования, ведение протоколов	1	1	1	1	1	1	1	1
1.11	Официальные правила ФИБА, правила по мини-баскетболу					1	1	1	1
1.12	Установка на игру, разбор результатов игры			1	1	3	3	5	5
	Всего часов по теоретической подготовке	8	8	8	8	18	18	20	20
2.	Практические занятия								
2.1	Общая физическая подготовка	80	78	96	96	114	110	88	112
2.2	Специальная физ. подготовка	40	42	74	74	98	102	93	120
2.3	Техническая подготовка	50	52	88	88	132	130	84	110
2.4	Тактическая подготовка	20	40	60	60	68	70	78	100
2.5	Игровая подготовка	40	38	60	60	60	58	88	112
2.6	Контрольные и календарные игры	-	14	20	20	40	40	59	74
2.7	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	10	12	30	30
2.8	Контрольные испытания	2	4	8	8	12	12	12	12
	Всего часов по практической подготовке	232	268	406	406	534	534	532	670
	Всего часов:	240	276	414	414	552	552	552	690
	Общий объем работы за год (недель)	40	46	46	46	46	46	46	46
	Количество часов в неделю	6	6	9	9	12	12	12	15

Старший тренер-преподаватель

И.М. Гаврилова

СОГЛАСОВАНО

на методическом Совете

протокол № 12 от 31.02.2015

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДЮСШ № 2»

М.В. Одегов

2015 г.

**Учебно-тематический план отделения баскетбола
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п	Раздел подготовки	СОГ	ГНП			УТГ			
			1	2	3	1	2	3	4
1.	Теоретическая подготовка								
1.1	Развитие физической культуры, спорта, баскетбола в России	1	1	1	1	1	1	1	1
1.2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	1	1	1	1	1	1	1
1.3	Гигиенические требования к занимающимся спортом	1	1	1	1	1	1	1	1
1.4	Профилактика травматизма, оказание первой медицинской помощи	1	1	1	1	1	1	1	1
1.5	Общая характеристика спортивной подготовки	1	1	1	1	1	1	1	1
1.6	Планирование и контроль в процессе занятия спортом	-	-	-	-	1	1	1	1
1.7	Основы техники игры, техническая подготовка	1	1	-	-	2	2	2	1
1.8	Основы тактики игры, тактическая подготовка	1	1	-	-	4	4	4	5
1.9	Физическая подготовка и физические качества			1	1	1	1	1	1
1.10	Спортивные соревнования, ведение протоколов	1	1	1	1	1	1	1	1
1.11	Официальные правила ФИБА, правила по мини-баскетболу					1	1	1	1
1.12	Установка на игру, разбор результатов игры			1	1	3	3	5	5
	Всего часов по теоретической подготовке	8	8	8	8	18	18	20	20
2.	Практические занятия								
2.1	Общая физическая подготовка	80	78	96	96	114	110	88	112
2.2	Специальная физ. подготовка	40	42	74	74	98	102	93	120
2.3	Техническая подготовка	50	52	88	88	132	130	84	110
2.4	Тактическая подготовка	20	40	60	60	68	70	78	100
2.5	Игровая подготовка	40	38	60	60	60	58	88	112
2.6	Контрольные и календарные игры	-	14	20	20	40	40	59	74
2.7	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	10	12	30	30
2.8	Контрольные испытания	2	4	8	8	12	12	12	12
	Всего часов по практической подготовке	232	268	406	406	534	534	532	670
	Всего часов:	240	276	414	414	552	552	552	690
	Общий объем работы за год (неделя)	40	46	46	46	46	46	46	46
	Количество часов в неделю	6	6	9	9	12	12	12	15

Старший тренер-преподаватель

И.М. Гаврилова