


 «Бекітемін»
 «Утверждаю»
 И.о.мектеп директоры
 КГУ «Общеобразовательной школы №2»
 Хасихан Елик

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата проведения	Темы	Кол-во часов
1	06.09.2022	Техническая подготовка (4ч). Техника передвижений, ведения, передач, бросков. История баскетбола. История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Инструктаж по ТБ. Стойка игрока. Ведение мяча правой и левой рукой на месте.	1
2	13.09.2022	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	1
3	20.09.2022	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	1
4	27.09.2022	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	1
5	04.10.2022	Общая физическая подготовка (6ч). Развитие двигательных качеств. Стартовые рывки с места. Пробежание отрезков 40,60, 100,200м. Специальные беговые упражнения.	1
6	11.10.2022	Бег 30м, 60 м. Метание мяча на дальность одной рукой. Челночный бег. СБУ.	1
7	18.10.2022	Бег 30м, 60 м. Метание мяча на дальность одной рукой. Челночный бег. СБУ. Подтягивание из виса, отжимание из упора лежа.	1
8	25.10.2022	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. Ускорения из различных исходных положений. Пробежание отрезков 30,60м. Кросс 1000м. СБУ.	1
9		Пробежание отрезков 30,60, 100м, 200м. Кросс 1000м. Специальные беговые упражнения	1
10		Виды спортивных испытаний, спортивные нормативы. Бег 30м, 60 м. Прыжки в длину с места. Серийные прыжки.	1