



**План
работы спортивного студенческого клуба ГБПОУ «ДТХТФ»
секция Баскетбол
на 2023-2024 учебный год**

План определяет основные направления работы спортивного студенческого клуба ГБПОУ «ДТХТФ», систему и перечень программных мероприятий, направленных на развитие секции Баскетбол в ГБПОУ «ДТХТФ».

Цель:

- Создание условий для массового привлечения студентов к занятиям настольным теннисом в спортивно-оздоровительных группах.
- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- обучение технике и тактике игры в баскетбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Дата проведения
1.	Правила техники безопасности во время занятий секции. Правила оказания доврачебной помощи.	2	
2.	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. Ведение мяча с изменением направления и ритма движения.	2	
3.	Ведение мяча со всеми изученными действиями. Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	2	
4.	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте, в движении приставным шагом и приставным шагом с сопротивлением.	2	
5.	Передачи мяча в игре.	2	
6.	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	2	
7.	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	2	
8.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	2	
9.	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	2	
10.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	2	
11.	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	2	
12.	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	2	
13.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	2	
14.	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	2	
15.	Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита.	2	
16.	Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита.	2	
17.	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. Учебная игра.	2	
18.	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. Штрафной бросок. Учебная игра.	2	
19.	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	2	
20.	Учебная игра. Личная защита.	2	
21.	Игра «баскетбол».	2	
22.	Игра «баскетбол». Подведение итогов.	2	
Итого:		44	