**План проведения обучения**

**в период с 13.04.2020г. по 30.04.2020г.**

**обучающихся ШСК «Олимпиец»**

**по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе «Баскетбол**»

Педагог дополнительного образования: Набокин С.С.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Дата занятия** | **Кол-во**  **часов** | **Содержание** | **Перечень вопросов для проверки усвоения пройденных тем занятий** |
| 1. | ОРУ. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра. | 14.04 | 2 | Просмотр видео «Тактика игры в нападении» <https://youtu.be/Ro-tylyExYA> | 1. Какие элементы в защите применяют игроки?  2. Какие элементы в нападении применяют  игроки? |
| 2. | ОРУ. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | 16.04 | 2 | Просмотр видео «[Тренировка по баскетболу. Улучшаем дриблинг, бросок и завершение](https://www.youtube.com/watch?v=v2-Y727LCKI)»  <https://www.youtube.com/watch?v=v2-Y727LCKI> | Задание: составьте 3 вопроса, которые бы ты задал (а) сверстникам, для проверки их знаний по просмотренному видео- материалу. |
| 3. | ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра. | 18.04 | 2 | Просмотр видео «Техника и Тактика игры в нападении "Взаимодействие игроков в нападении"»  <https://youtu.be/tjEIREC6E0I> | Задание: Поразмышляйте над вопросом, каким образом возникает взаимодействие между двумя игроками, напишите свою точку зрения. |
| 4. | ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. | 21.04 | 2 | Посмотрите видео «[Тренировочный лагерь РФБ](https://www.youtube.com/watch?v=O18cfZ38ffI)»[https://www.youtube.com/watch?v=O18cfZ38ffI»](https://www.youtube.com/watch?v=O18cfZ38ffI) | 1. Назовите виды подач.  2. Техника приема подач?  3.Перечислите ошибки  игроков в процессе игры?  4. Какие упражнения были  сложны для выполнения? |
| 5. | ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра. | 23.04 | 2 | Просмотр видео «Совершенствование ловли и передачи мяча»<https://www.youtube.com/watch?v=-o-ssUwTTFQ> | Задание:  Ответь на вопрос письменно: «Каким образом можно усовершенствовать техники передачи мяча» |
| 6. | ОРУ. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра. | 25.04 | 2 | Просмотр видео «Баскетбол: броски одной рукой в движении без сопротивления защитника»  <https://www.youtube.com/watch?v=gqpv86HmEjE> | 1. Какие упражнения ты считаешь сложными для выполнения? И почему?  2. Запомните упражнения  для самостоятельного  выполнения на занятии.  3.Перечислите ошибки  спортсменов в процессе тренировки? |
| 7. | ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра. | 28.04 | 2 | Просмотр видео «[Техника броска в баскетболе](https://www.youtube.com/watch?v=q0ndNqJ02Tk)»<https://www.youtube.com/watch?v=q0ndNqJ02Tk> | 1. Как бросать мяч в баскетболе?  2. Какие основы эффективного броска в баскетболе ты узнал из видео? |
| 8. | ОРУ. Техническая подготовка юного спортсмена. Учебно-тренировочная игра. | 30.04 | 2 | Просмотр видео «Техническая подготовка юного спортсмена»<https://infourok.ru/tehnicheskaya-podgotovka-sportsmenovbasketbolistov-na-nachalnom-etape-podgotovki-3964667.html> | Задание: изучи внимательно раздел статьи «Техническая подготовка юного спортсмена» и создай одноименную памятку по данной теме. |

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Набокин С.С./