

## 2.3. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Теоретическая подготовка 2</b>			
1.1	Правила техники безопасности. Общая характеристика подготовки спортсмена (физическая, техническая, тактическая, психологическая).	1	1	
1.2	История современного баскетбола. Соревновательная деятельность, правила судейства в баскетболе.	1	1	
<b>2</b>	<b>Техническая подготовка 64</b>			
2.1.	Имитационные упражнения без мяча.	4		4
2.2.	Ловля и передача мяча.	4		4
2.3	Ведение мяча.	36		36
2.4	Броски мяча.	20		20
<b>3</b>	<b>Тактическая подготовка 40</b>			
3.1	Действия игрока в защите.	14		14
3.2	Действия игрока в нападении.	26		26
<b>4</b>	<b>Физическая подготовка 36</b>			
4.1	Общая подготовка	16		16
4.2	Специальная подготовка	20		20
<b>5</b>	<b>Участие в соревнованиях по баскетболу 12</b>			
5.1	Состав команды и установка на игру всей команде, отдельным игрокам.	2		2
5.2	Соревнования по баскетболу.	10		10
<b>6.</b>	<b>Тестирование 6</b>			
6.1	Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.	6		6
	<b>Итого:</b>	<b>160</b>	<b>2</b>	<b>158</b>