

Название внеурочной деятельности \_\_\_ Физическая культура (баскетбол) 10-11 \_\_\_\_\_ 2025-2026  
ФИО руководителя внеурочной деятельности \_\_\_\_\_ Богатырев Николай Владимирович \_\_\_\_\_

ссылка на программу \_\_\_ <https://kalinschool.02edu.ru/docs/3943408/>

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
--	-----------------	--------------	----------

1.

2.09

Изучение техники ведения мяча на месте. Техника безопасности.



2.

9.09

Передвижение в стойке  
баскетболиста.



	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
3.	16.09	Остановка в два шага после ускорения.	

4.

23.09

Изучение техники ведения мяча в движении



	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
5.	30.09	Изучение техники ведения мяча в движении с изменением скорости	
6.	7.10	Изучение техники броска мяча от плеча	

7.

14.10

Изучение техники приема мяча

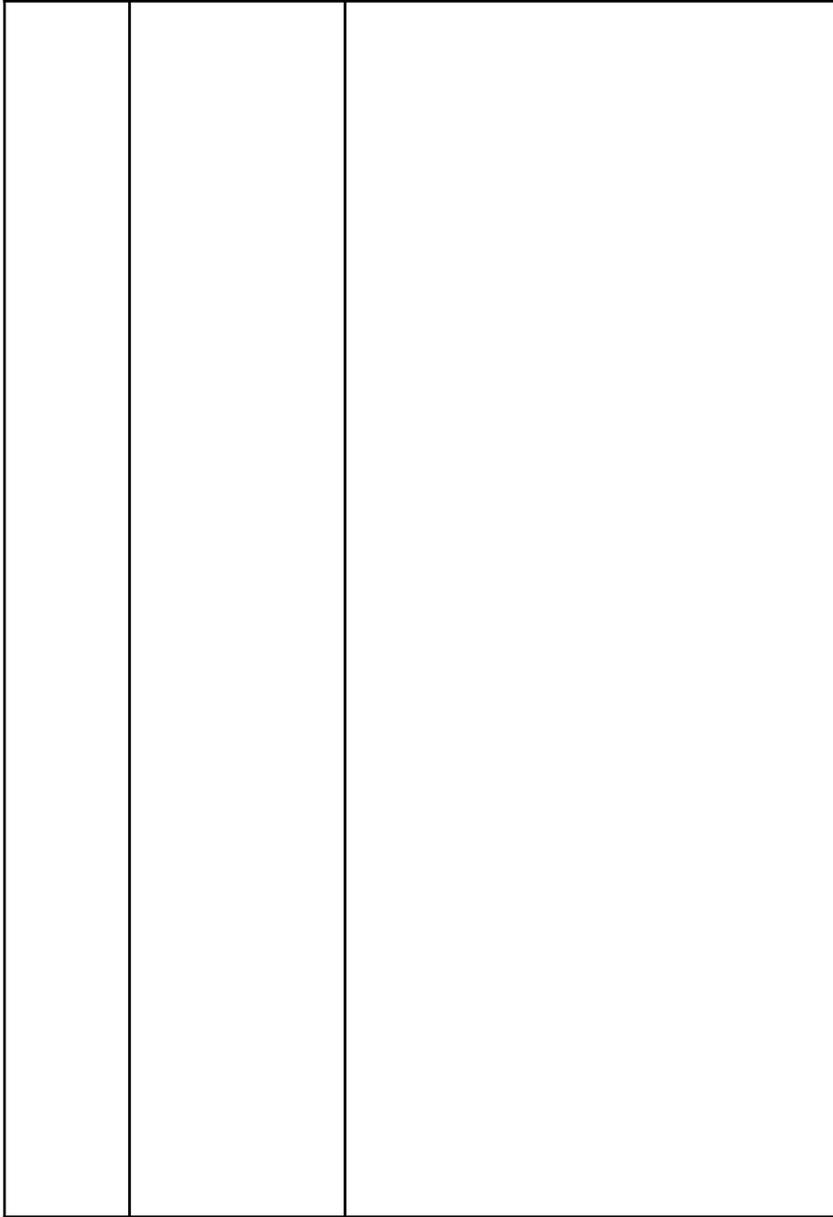


	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
8.	21.10	Изучение техники передачи мяча	

4.11

Изучение техники приема передачи мяча в движении







9.

11.11

Изучение техники бросков с двух шагов





10.

18.11

Изучение техники штрафных бросков



	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
11.	25.11	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	
12.	2.12	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	

13.

9.12

Игровая тренировка



14.

16.12

Изучение техники трех очковых бросков



15.

23.12

Изучение техники бросков со средней дистанции



16.

13.01

Изучение тактики  
индивидуальных действий в  
защите



	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
17.	20.01	Изучение тактики индивидуальных действий в атаке	
18.	27.01	Изучение тактики командных действий в защите	
19.	3.02	Изучение тактики командных действий в атаке	

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
20.	10.02	Игровая тренировка	
21.	17.02	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	
22.	24.02	Перехват мяча.	

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
23.	3.03	Борьба за мяч после отскока от щита.	
24.	10.03	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	
25.	17.03	Вырывание мяча.	

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
26.	24.03	Выбивание мяча.	
27.	7.04	Ловля высоко летящего мяча.	
28.	14.04	Игровая тренировка	

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
29.	21.04	Передача одной рукой снизу от пола.	
30.	28.04	Передача двумя руками с отскоком от пола.	
31.	5.05	Ловля катящегося мяча в движении.	

	Дата проведения	Тема занятия	Фототчет
32.	12.05	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	
33.	19.05	Ловля катящегося мяча в движении.	
34.	26.05	Игровая тренировка	