

Учебно-тематический план

1 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество	В том числе:	
			теория	практика
I	Основы знаний	6	3	3
	Вводное занятие	2	1	1
	Жесты судей	2	2	-
	Правила игры	2	1	1
II	Общая физическая подготовка	10	3	7
	Гимнастические упражнения	10	1	9
	Легкоатлетические упражнения	10	1	9
	Подвижные игры	10	1	9
III	Специальная физическая подготовка	20	3	17
IV	Техническая подготовка	63	9	54
	Техника передвижения и стоек	8	1	7
	Техника передачи в парах на месте	15	2	13
	Техника передача в парах в движении	15	2	13
	Ведение и бросок в кольцо	15	2	13
	Штрафной бросок	10	2	8
V	Тактическая подготовка	30	8	22
	Тактика нападения. Индивидуальные действия	8	2	6
	Групповые действия	8	2	6
	Командные действия	7	2	5
	Тактика защиты	7	2	5
VI	Контрольные испытания и соревнования	7	1	6
Итого часов:		В течение года		
		136	27	109