**Календарно-тематический план**

на период дистанционного обучения с 03.02.2022 по 16.02.2022

для групп начальной подготовки 2-го года обучения (НП-2)

по баскетболу

тренер-преподаватель Шевченко А.С.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата урока | Тема | Источник информации |
| 1. | 03.02.2022 | Теоретическая подготовка. Правила баскетбола. Неспортивный фол. | <https://www.youtube.com/watch?v=kx9mlEsDdJI> |
| 2. | 05.02.2022 | Общая физическая подготовка. | <https://www.youtube.com/watch?v=rOzIfBekuqs> |
| 3. | 06.02.2022 | Техника броска мяча в кольцо. | <https://www.youtube.com/watch?v=f1tVDVOPykk>  <https://www.youtube.com/watch?v=bC7qmwplsFk> |
| 4. | 08.02.2022 | Специальная физическая подготовка. Упражнения на баланс. | <https://www.youtube.com/watch?v=ZyOPpHfr79Q> |
| 5. | 10.02.2022 | Специальная физическая подготовка. Прыжок толчком одной ноги. | <https://www.youtube.com/watch?v=oBMwV7uTIfI> |
| 6. | 12.02.2022 | Технико-тактическая подготовка. Защита против заслона. | <https://www.youtube.com/watch?v=-OGn4POEkMM> |
| 7. | 13.02.2022 | Общая физическая подготовка. Техника бега. | <https://www.youtube.com/watch?v=BqDERaffAZg> |
| 8. | 15.02.2022 | Общая физическая подготовка. Прыжки в высоту. | <https://www.youtube.com/watch?v=mF-WMrQiYLg> |