**Приложение 2**

**Спортивный зал разделен на три рабочие зоны – 3 «станции».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **«Станция № 1»**  **Выполнение техники бросков мяча в движении после ведения с остановкой в два шага.**  **1 станция** | **«Станция № 2»**  **Выполнение техники ведения мяча с изменением направления движения и скорости ведущей и не ведущей рукой (змейкой).**  **2 станция** | **«Станция № 3»**  **Выполнение техники бросков мяча одной и двумя руками с места с разных точек.**  **3 станция** |
| **К 😐 😐 😐 😐 😐 😐** | **⭠**  **⭩** **🟂 ⭦**  **🟂⭦**    **⭡**    **🟂 ⭡**    **⭧**    🟂1 ⭢ ⭢ **⭧** | ⭠ ⭠  🟂 🟂⭦  ⭨ ⭧  🟂 🟂  **⭩**  ⭦  🟂 🟂  ⭨ ⭧  🟂 🟂  ⭦  ⭣  🟂 🟂**1** ⭡ | 🟂**3**  **⭧**  **⭧**    🟂**2**      **⭦**  **⭦**  **🟂4** |
|  |  | **😐 😐 😐 😐 😐 😐 😐 К** | **😐 😐 😐 😐 😐 😐 😐 К** |

**К 😐 - капитан**

**😐 - ученик**

**🟂 - конус**

**- кольцо**

**🟂1 - начало выполнения упражнения на «станциях».**

**🟂2 - броски с места с линии штрафного броска (каждый выполняет 3-4 броска) «станция № 3».**

**🟂3 - броски с места с ближнего расстояния под углом 45 градусов слева от кольца (каждый выполняет 3-4 броска) «станция № 3».**

**🟂4 - броски с места с ближнего расстояния под углом 45 градусов справа от кольца (каждый выполняет 3-4 броска) «станция № 3».**

**⭢ ⭢ - направление движения при выполнении упражнений на станциях.**

**По первому сигналу учителя команды одновременно начинают выполнение упражнений на своих «станциях». По второму сигналу команды заканчивают упражнения, строятся в указанном месте и организованно переходят с одной «станции» на другую против часовой стрелки.**

**Каждая команда должна пройти все три «станции». Время выполнения упражнений на каждой «станции» 4 - 5 минут. Продолжительность выполнения упражнений может меняться в зависимости от поставленных задач урока, от состояния здоровья и уровня подготовленности учащихся.**

**Маршруты команд.**

**1 команда: станция №1 станция №2 станция №3**

**2 команда: станция №2 станция №3 станция №1**

**3 команда: станция №3 станция №1 станция №2**