Частное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад № 230 ОАО "РЖД"

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
Детского сада № 230 ОАО «РЖД»
Протокол от 31.08.2023г №1

СОГЛАСОВАНО
С учетом мнения Совета родителей
Протокол от 02.09.2023 г №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 31.08.2023 г № 203-ОД
Заведующий
Детского сада № 230 ОАО «РЖД»
_____/Л.В.Федорова/

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«БАСКЕТБОЛ»

(разработана в соответствии с ФОП ДО, ФГОС ДО)

г. Северобайкальск

Содержание

1. Пояснительная записка 5
1.2. Цель и задачи программы. 7
1.3. Педагогические принципы построения программы..... 8
чувства коллективизма..... 9
1.4. Возрастные особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста. 9
1.5. Планируемые результаты. 10
2. Содержательный..... 11
2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» по курсу «Баскетбол» 11
2.2. Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол. 17
2.3. Методика обучения игре в баскетбол и организационно - методические рекомендации. 21
3. Организационный..... 26
3.1. Формы организации образовательного процесса..... 26
3.2. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы «Баскетбол»..... 27
3.3. Условия реализации программы 29
4. Приложение 1..... 31
5. Приложение 2..... 43

Паспорт программы

1	Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» Физкультурно-спортивной направленности для детей дошкольного возраста
2	Основание для разработки программы	Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ 2.Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/ 3.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122 3.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022 4.Федеральный закон от 24.09.2022 №371 – ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (ФООП) 5.ФГОС ДО Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 6.Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» 7.Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года» 8.Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 №3081-р «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года» 9.Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р

		«Об утверждении **Концепции развития дополнительного детей** до 2030 года»
2	Заказчик программы	Родители (законные представители) воспитанников
3	Организация-исполнитель программы	Частное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №230 ОАО «РЖД»
4	Целевая группа	Дети старшего дошкольного возраста.
5	Цели программы	Расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в баскетболе, повысить уровень развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.
6	Задачи программы	1)Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; 2)Формирование устойчивого интереса к игре с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности; 3)Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, содействие развитию двигательных способностей; обучение правильной технике выполнения элементов спортивной игры; 4)Воспитание положительных морально-волевых качеств; формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни.
7	Планируемый результат	1. Знает правила игры баскетбол 2. Владеет техникой ведения мяча, передачи, ловли и забрасывания в корзину. 3.Ориентируется при передвижении по площадке, в сочетании с ходьбой, бегом, прыжками, остановками и поворотами в различных направлениях. 4.Принимает правила игры, умеет играть в команде. 5.Проявляет выдержку, дружеское отношение к соперникам.
8	Срок реализации программы	2 года

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Физическое воспитание – одно из необходимых условий правильного развития детей, которое направлено на охрану и укрепление здоровья детей.

По данным М. Руновой, двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60% естественной потребности детей в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения их здоровья, снижения жизненного тонуса.

Таким образом, назрела острая проблема поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, быстрым, выносливым. Решение этой проблемы – в совокупности социально-педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное, физическое и личностное развитие ребенка. Этому способствуют игровые формы организации двигательной деятельности детей.

Подвижные игры с элементами спорта как вид деятельности, как правило, предполагают изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами спорта позволяют ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Таким образом, очевидно значение спортивных игр для всесторонней физической подготовленности детей. Однако из всех видов спортивных игр следовало выбрать ту игру, которая бы в наибольшей степени позволила добиться высокого уровня развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста.

Выбор остановлен на спортивной игре с элементами баскетбола, так как игра с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. Дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у детей дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. У них еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. В игре «Баскетбол» используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка и особенно на мышцы, удерживающие позвоночник для формирования правильной осанки.

Баскетбол – это игра, которая направлена на укрепление здоровья, совершенствование физиологических, психических функций развивающего организма, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе.

Отличительные особенности баскетбола.

Отличительными особенностями баскетбола являются:

Естественность движений. В основе баскетбола лежат естественные движения – бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

Непрерывность и внезапность изменения условий игры. Игровая обстановка меняется очень быстро и создает новые игровые ситуации.

Высокая эмоциональность. Соревновательный характер игры, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывает у спортсменов проявление разнообразных чувств и переживаний, влияющих на их деятельность.

Самостоятельность действий. Каждый игрок на протяжении встречи, учитывая изменяющуюся игровую обстановку, не только самостоятельно определяет, какие действия ему необходимо выполнять, но и решает, когда и каким способом ему действовать.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель: Расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в баскетболе, повысить уровень развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Задачи: Образовательные:

1. Содействовать развитию двигательных способностей; обучать правильной технике выполнения элементов спортивной игры;

2. Формировать устойчивый интерес к игре с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности

3. Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим физкультурным занятиям;

4. Формировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы;

Развивающие

1. Развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей

2. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

3.Развивать ловкость, выносливость, координацию движений, меткость.

Воспитательные

1. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

2. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях

1.3. Педагогические принципы построения программы

- Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными технологиями;
- Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности;

- Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья;
- Принцип взаимодействия – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей;
- Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительно результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Новизна программы.

Развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы.
Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом.

Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств,

чувства коллективизма.

1.4. Возрастные особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Старший дошкольный возраст (5-7 лет) – период интенсивного формирования двигательных навыков. У детей отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений, времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений.

Движения детей становятся более осознанными, точными и скоординированными. Дошкольники хорошо приспособлены к недлительным скоростно–силовым динамическим действиям, которые составляют основное содержание их игр.

К семи годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх, играх с правилами. Развивается способность понимать и принимать задачу, поставленную взрослым, возрастает стремление добиваться хороших результатов при выполнении заданий. Они охотно объединяются по интересам, и длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели, подчиняясь правилам игры. Со сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

1.5. Планируемые результаты.

1. Знает правила игры баскетбол
2. Владеет техникой ведения мяча, передачи, ловли и забрасывания в корзину.
3. Ориентируется при передвижении по площадке, в сочетании с ходьбой, бегом, прыжками, остановками и поворотами в различных направлениях.
4. Принимает правила игры, умеет играть в команде.
5. Проявляет выдержку, дружеское отношение к соперникам.

Итоговые результаты деятельности дополнительной образовательной программы предоставляются для родителей (законных представителей) на

2. Содержательный

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» по курсу «Баскетбол»

В процесс обучения спортивным играм с элементами спорта входит:

- Общая физическая подготовка – ОФП
- Техническая
- Тактическая подготовка;

Общая физическая подготовка – ОФП

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, в паре, с предметами (фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (стенка, скамейка).
1.2. Подвижные игры.
1.3. Эстафеты.
1.4. Полосы препятствий.
1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).
2. *Специальная физическая подготовка*
2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. *Упражнения без мяча*
1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.
1.3. Передвижение правым – левым боком.
1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
1.5. Остановка прыжком после ускорения.
1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
1.7. Остановка в два шага после ускорения.
1.8. Повороты на месте.
1.9. Повороты в движении.
1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.
2. *Ловля и передача мяча*
2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
2.3. Двумя руками от груди в движении.
2.4. Передача одной рукой от плеча.
2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
2.6. То же после ведения мяча.
2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.

2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
2.10. То же в движении.
2.11. Ловля мяча после полуотскока.
2.12. Ловля высоко летящего мяча.
2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
2.14. Ловля катящегося мяча в движении.
3. *Ведение мяча*
3.1. На месте.
3.2. В движении шагом.
3.3. В движении бегом.
3.4. То же с изменением направления и скорости.
3.5. То же с изменением высоты отскока.
3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.
4. *Броски мяча*
4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
4.5.Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
4.6.Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
4.9. В прыжке одной рукой с места.
4.10. Штрафной.
4.11. Двумя руками снизу в движении.
4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
4.13. В прыжке со средней дистанции.
4.14. В прыжке с дальней дистанции.
4.15. Вырывание мяча. 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Техника перемещения. Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки. Сходные действия выполняются и в подвижных играх, в которые дети играют на занятиях, но физической культуре и во время прогулок. Упражнения в этих действиях должны протекать в условиях, когда внимание детей акцентируется не на точном выполнении остановок, прыжков и других способов передвижения, а на действиях с мячом, от которых зависит ход игры.

Техника удержания мяча. От уровня владения навыками, от успешных действий с мячом зависят темп выполнения упражнений и протекание игры, которые обусловливают степень двигательной активности детей. От двигательной активности детей зависит образовательное и оздоровительное значение игры и упражнений с мячом. Следовательно, основное внимание должно обращаться на технику удержания и выполнения действий с мячом.

Ловля мяча. На первых занятиях большинство детей стараются ловить мяч, прижимая его к груди, обхватывая его руками, стоя на прямых, жестко и плотно сжатых ногах. Иногда ребенок даже протягивает полусогнутые руки вперед и пассивно ждет, когда мяч сам упадет на руки. Если мяч летит выше или ниже уровня груди, дети уже не могут его поймать, потому что не умеют ловить мяч кистями рук или принять более удобное положение для его ловли, передвигаясь в определенном направлении. Если же ребенок поймал мяч таким несовершенным способом, он должен перекладывать мяч в руках, чтобы держать его в удобном положении, на что теряется много времени. Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образовывая из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча, и как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, он должен при этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

Передача мяча. Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей и передаче его двумя руками с места, в дальнейшем в движении. Детей следует

научить передавать мяч из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к туловищу вниз на грудь и, разгибая руки вперед, от себя посылать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча усваивается детьми постепенно.

Ведение мяча. Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение, т. е. перемещение с ним, но площадке, что предусматривается правилами большинства спортивных игр. Ведение мяча — целенаправленное действие, к технике ведения мяча предъявляются определенные требования.

Бросание мяча в корзину. От точности бросков, в конечном счете, зависит успех в игре. Движения при передаче мяча и бросках его в корзину являются сходными по своей структуре. Поэтому обучение броскам мяча в корзину можно также ограничить привитием навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий.

1. Движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения.

2. Ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.

Структура программы по обучению дошкольников игре баскетбол состоит из трех последовательных этапов:

Упражнения и игры с передачей мяча

Первоначальное обучение:

1. Передавать мяч двумя руками от груди в стенку и ловля его.

2 .Передать мяч двумя руками от груди стоя на месте парами.

3. Передавать мяч двумя руками от груди при движении парами.

4. Передавать мяч одной рукой от груди в движении после ловли его. Игры: «10 передач», «Мяч водящему».

Углубленное развитие:

1.Передавать мяч в шеренге, по кругу (вправо, влево).

2.Передавать мяч в тройках, пятерках.

3.Передавать мяч в колоннах переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.

Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».

Совершенствование:

Передавать мяч парами при противодействии защитника.

Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».

Упражнения и игры с ведением мяча.

Первоначальное обучение:

1.Учить ведению мяча на месте.

2. Учить ведению мяча вокруг себя.

3. Учить вести мяч, продвигаясь шагом.

Игры: «Мотоциклисты», «Скажи какой цвет»:

Углубленное разучивание:

1.Учить ведению мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.

2.Учить ведению мяча правой (левой) рукой и остановка после него.

3.Учить ведению мяч, остановка шагом и передача мяча.

Совершенствование:

Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча»

Упражнения и игры с бросками мяча в корзину.

Первоначальное обучение:

1.Бросать мяч в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.

2.Бросать мяч в цель (высота 1,5 м) двумя руками от груди с места через веревку и сетку.

3.Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места.

Углубленное разучивание:

1.Бросать мяч в корзину после ведения (с фиксацией остановки)

2.Бросать мяч в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

Совершенствование:

Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину».

Сочетание действий: ловли – бросков мяча. Ведения – бросков мяча. Ловли – ведения мяча, ведения – передачи. Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»; игра в баскетбол по облегченным правилам.

2.2 Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями.

Физическое развитие			
Старшая группа		Подготовительная группа	
5-6 лет		6-7 лет	
Количество занятий			
в неделю	в году	в неделю	в году
2	72	2	72

Учебный план.

Время проведения: 2 раза в неделю

месяц	тема	Кол-во занятий	часы
Октябрь	1.Вводное занятие, знакомство с элементами баскетбола, оборудованием и правилами. 2. Обследование физических умений и навыков владения действий с мячом.	4 4	2 2
Ноябрь	Подвижные игры с мячом.	8	4
Декабрь	Игры с передачей, ловлей мяча.	8	4
Январь	Игры на обучение ведению мяча	8	4
Февраль	Игры с броском мяча в корзину	8	4
Март	Игры с ловлей, передачей и ведением мяча	8	4
Апрель	Обучение правилам игры в баскетбол	8	4
Май	Игры в баскетбол Обследование результатов освоения детьми программы.	8	4
Итого:		64	32

2.2. Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол.

Подвижная игра с мячом требует определенного напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. Игра в баскетбол – командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в баскетбол отличается от подвижных игр большей определенностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры – определенным временем. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются правильная разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь.

Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий. Для одного из них характерны движения, выполняемы без мяча и с мячом в руках без передачи его партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения. Второй вид действий более специфичный для баскетбола – ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.

Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; доступны детям старшего дошкольного возраста; дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действия должны

обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся.

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки, а также действия с мячом: передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, ловля двумя руками на уровне груди, ведение мяча правой рукой по прямой с изменением направления, при противодействии другого игрока, броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Вначале основной задачей обучения является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Поэтому в этот период целесообразно дать много разнообразных действий, а также свободно поиграть с мячом. Рекомендуется игра «Играй, играй, мяч не теряй» (см. приложение). Нужно добиться, чтобы детям понравились занятия с мячом, чтобы они после игр оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть. Веселье, смех – неизменные спутники ребенка.

Затем следует научить детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, пальцы должны быть расставлены, кисти лежать сзади – сбоку, мышцы рук расслаблены. Не менее важно научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча. При этом ноги согнуты в коленках, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется на обе ноги. Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.

После того как дети научаться правильно стоять держать мяч, передвигаться по площадке, можно учить их ловить мяч обеими руками, стоя на месте, затем с выходом навстречу летящему мячу, в стороны, назад и т. д. Неумение ребенка поймать мяч часто вызывает обиду. Он старается прижимать мяч руками к груди, а когда не успеет это сделать, мяч летит прямо в лицо. Летящий мяч необходимо встретить руками возможно раньше. Кисти с широко расставленными пальцами образуют как бы половину шара, в котором должен поместиться мяч. Нужно следить за полетом мяча. Как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, необходимо захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением к себе.

Выполнение ловли мяча, а также других элементов баскетбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствуют совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно ловле мяча необходимо обучать детей передачи мяча двумя руками от груди с места, а затем в движении. Детей следует передавать мяч из правильной стойки, держа его двумя руками на уровне груди. Они должны описать мячом небольшую дугу к туловищу – вниз – на грудь и, разгибая руки вперед, от себя посылать мяч, активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. В процессе обучения передачи мяча необходимо напоминать детям, что локти следует опустить вдоль туловища, что нужно стараться бросать на уровне груди партнера, и что мяч следует сопровождать взглядом и руками.

Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке. При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть

со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча выполняются несколько сбоку от игрока, равномерно, согласованно с передвижением ребенка. Многие дети пытаются вести мяч прямо перед собой, ударяют по мячу сверху, что мешает продвижению вперед, не умеют сочетать ритм движения руки с ритмом работы ног, управлять мячом и поэтому часто теряют его. В результате систематического обучения ведению мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, продвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега, высоту отскока мяча и направление перемещения. Наиболее благоприятным ритмом ведения мяча для детей дошкольного возраста является такой, при котором на два шага ребенка приходится один удар мячом по площадке.

Передачи мяча и броски его в корзину являются сходными по своей структуре движениями, Детей подготовительной к школе группы следует учить броску мяча в корзину с места или с фиксацией остановки после ловли и ведения мяча. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и в способе передачи мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать небольшую дугу вниз - на себя и, выпрямляя руки вверх, направить мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы раскрываются, выполняя направляющий толчок. С самого начала обучения надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч, стоя в правильной стойке, прицеливались, сопровождали мяч взглядом, не выводили локти в сторону.

2.3. Методика обучения игре в баскетбол и организационно - методические рекомендации.

Возрастные особенности и физические возможности детей, специфика работы дошкольного учреждения определяют как специфические методы обучения, так и форму проведения занятий по обучению детей игре в баскетбол. В зависимости от того, насколько будут учтены возрастные особенности и физические возможности дошкольников, упражнения могут давать различные результаты в оздоровительном, воспитательном и образовательном отношении.

Цель занятий по спортивным играм в ДОУ – ознакомление детей с определённым видом игры и основами её техники.

Задача обучения игре в баскетбол детей старшего дошкольного возраста заключается в том, чтобы, учитывая индивидуальные возрастные особенности ребёнка, целенаправленно развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий, требующих посильных физических и психических усилий.

Отличительная особенность обучения игре в баскетбол в дошкольном учреждении – это эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает у детей интерес к физической культуре. Разнообразие игровых упражнений, подвижных игр увлекает детей настолько, что они иногда «забывают» о времени. Познав радость и удовольствие от предложенной им деятельности, дошкольники уходят с занятия с желанием продолжить его как можно скорее. Так формируются осознанный интерес и мотивация к занятиям не только баскетболом, но и физкультурой в целом.

В основу методики обучения игре в баскетбол, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения занятий. В

содержании занятий эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

Содержание занятий объединяет в себе ряд дидактических принципов, среди которых принципы доступности и индивидуального подхода играют значительную роль, так как спортивные игры являются достаточно сложными для освоения дошкольниками. Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от уровня усвоения учебного материала каждым ребёнком, а также при учёте реакции его организма на данную ему физическую нагрузку. Обучение техники проводится постепенно, путём усложнения условий выполнения движений.

Обучение дошкольников игре в баскетбол целесообразно разделить на три этапа: подготовительный основной и заключительный.

На подготовительном этапе главными задачами являются: повышение общей физической подготовленности; совершенствование общей выносливости; улучшение техники бега и владения мячом; улучшение состояния здоровья и прежде всего деятельности сердечно – сосудистой системы и органов дыхания. Реализация этого этапа осуществляется в повседневной жизни дошкольников посредством подвижных игр и физических упражнений на прогулках, во время во время самостоятельной двигательной деятельности детей, непосредственно во время физкультурных занятий и спортивных развлечений. Данный этап во временном отношении может длиться от нескольких месяцев до полугода и более.

Основной этап – этап непосредственного обучения игре в баскетбол.

Основная и наиболее эффективная форма обучения дошкольников игре в баскетбол – занятия, которые целесообразно проводить в форме физкультурно–оздоровительного кружка под названием, например,

«Весёлый мяч», «Юный баскетболист», «Школа мяча» и т.п. баскетбольные элементы могут быть также включены в программный обучающий материал по физическому развитию на протяжении учебного года. Длительность таких занятий составляет 25-30 минут.

Наличие трёхчастной формы занятий (вводная часть, основная, заключительная) позволяет педагогу рационально распределить учебно-тренировочный материал.

Для каждого занятия определяют оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Вводная часть – это разминка, целью которой является подготовка организма ребёнка к более интенсивной работе в основной части занятия. В содержание вводной части могут входить различные виды ходьбы (на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием колен, с захлёстом голени назад, с хлопком под коленом и т.п.) и бега (в колонне по одному, с перестроением в пары, «змейкой», по диагонали, спиной вперёд, с поворотом вокруг себя по сигналу и т.п.), а также прыжки, подскоки, упражнения дыхательной гимнастики и подвижные игры.

Продолжительность вводной части для старших дошкольников – до 3-4 мин. Таким образом, упражнения вводной части занятия являются подводящими упражнениями к изучению движений в основной части занятий.

Содержание основной части занятия разнообразно. Она начинается с небольшого комплекса ОРУ или подвижной игры. В этой части занятия сочетаются более интенсивные упражнения с менее интенсивными, чем и обеспечивается оптимальный уровень физической и умственной нагрузки на организм старшего дошкольника. Движения подбираются быстрые, энергичные, требующие выносливости, а также повышающие

функциональное состояние организма. Комплекс ОРУ можно разучить и выполнять в течении 4-5 занятий, не более. Согласованное выполнение уже разученных и усвоенных движений позволит детскому организму подготовиться к освоению новой нагрузки, а педагогу – наиболее рационально и эффективно распределить их силы при выполнении основных видов движений.

Как показывает практика, при обучении дошкольников техническим азам игры в баскетбол целесообразно использовать так называемые подводящие упражнения, т.е. движения, сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения. Упражнения в баскетболе дети выполняют как правой, так и левой рукой.

Вместе с тем необходимо обеспечить осознанное освоение детьми упражнений и не ограничивать их в творчестве. А этот аспект будет достигнут тогда, когда ребёнок будет знать, когда и при каких условиях он сможет применить полученные умения и навыки. Например, старшие дошкольники, освоившие элементарную технику игры в баскетбол в детском саду, будут способны сыграть в эту игру в команде старших по возрасту детей в школе, дома во дворе или где-либо на отдыхе и т.п.

Продолжительность основной части – до 20мин.

Таким образом, разнообразная и увлекательная по содержанию основная часть занятия позволит педагогу реализовать поставленные задачи.

В заключительной части занятия необходимо привести организм ребёнка в относительно спокойное и ровное состояние. Этому будут способствовать: ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями, упражнения на расслабление и релаксацию, спокойная игра и т.п. Продолжительность заключительной части составляет 4-5 мин.

Заключительный этап – этап совершенствование технических, элементарных тактических навыков игры в баскетбол, т.е.

непосредственно сам баскетбольный матч. Перед каждой игрой необходима разминка, состоящая из упражнений, уже знакомых детям.

Баскетбольный матч двух команд, состоящих из детей одной или двух групп детей дошкольного возраста, целесообразно включать в программу Дня здоровья, спортивного праздника, в совместные с родителями физкультурно-оздоровительные мероприятия и т.д. все занятия данного этапа проводятся на улице.

Дошкольникам необходимо знать элементарные правила игры в баскетбол.

Баскетбол – игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желания победить.

3. Организационный

3.1. Формы организации образовательного процесса.

Формы организации образовательного процесса

Форма обучения – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнение по овладению техникой игры с мячом.

Формы организации обучения:

- Групповая;
- Индивидуальная.

Формы проведения занятий:

- Тренировочные занятия;
- Беседы;
- Спортивные конкурсы.

Способы проверки образовательной программы:

- Повседневное систематическое наблюдение;
- Участие в спортивных соревнованиях;
- Открытые занятия.

Занятия в спортивной секции проводятся с группой детей старшего дошкольного возраста 5 - 7 лет. Количество детей в группе от 12 до 15 человек.

Методы:

Наглядные - показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация.

Словесные - объяснение, название упражнения, указания, пояснения, команды, описание, анализ действия, оценка, вопросы к детям, словесные инструкции.

Практические- выполнение упражнений без изменений и с изменениями, практическое опробование, проведение упражнений в игровой и

соревновательной форме, выполнение упражнений в различных условиях.

Приемы: упражнение, игра.

3.2. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы «Баскетбол»

Работа по обучению основам спортивной игры баскетбол начинается с оценки реального уровня готовности детей к овладению данным видом двигательной деятельности, т.е. с выявления уровня развития двигательных навыков на начальном этапе и заканчивается оценкой достигнутых результатов и определения уровня развития физических качеств.

Сроки проведения мониторинга: сентябрь, май.

Форма оценивания результатов освоения программы

№	Ф.И. ребенка									
	Показатели: овладел +; не овладел -									
1	перемещения мяча	+	+	-						
2	удержания мяча	+	-	+						
3	передача мяча	+	+	-						
4	ведение мяча	+	+	-						
5	бросание мяча в корзину	+	-	+						

Инструментарий мониторинга

1. Цель: выявить умение детей действовать с мячом, реагировать на сигнал.

Упражнение «Ходи - отбивай мяч не теряй»

Инструкция: ходьба по залу, отбивая мяч.

2. Цель: выявить умение удерживать мяч на уровне груди.

Упражнение «Мяч в руки»

Инструкция: перебрасываем мяч друг другу точно в руки.

3. Цель: выявить умения ловить мяч, продвигаясь навстречу летящему мячу.

Упражнение «Поймай мяч»

Инструкция: ловим мяч кистями рук, продвигаемся навстречу летящему мячу.

4. Цель: развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Упражнение «Мяч водящему»

Инструкция: перебрасываем мяч друг другу, сопровождаем мяч взглядом.

5. Цель: выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения

Упражнение « Мотоциклисты»

Инструкции: отбиваем мяч по залу слева от себя, отбиваем мяч по залу справа от себя, смотрим вперед.

Результаты диагностического обследования заносятся в таблицу.

«Диагностические тесты по физической подготовленности детей»

(по методике М.А. Руновой)

1. Владение мячом: а) Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию).

Описание: Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

Оборудование: мяч диаметр 15-2Осм.

б) Отбивание мяча от пола на месте и в движении (тестируется ловкость скорость реакции , устойчивость позы).

Описание: Ребёнок стоит в исходном положении (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). при выполнении задания, стоя на месте, не разрешается двигаться . даются 2 попытки . Фиксируется лучший результат.

Оборудование: мяч диаметр 15-20 см.

Владение мячом

Ребенку предлагается выполнить несколько раз подряд следующие упражнения с мячом: броски мяча вверх и ловля его; броски об пол и ловля;

ведение мяча на месте (со средней группы) и в движении (со старшей группы). Оценивается техника выполнения движений по следующим элементам:

-Исходное положение

-Слежение глазами за мячом

-Высота броска мяча вверх или сила толчка мяча вниз

-Ловля мяча кистями рук

-Сохранение равновесия

-Работа рук при ведении мяча

-Соблюдение направления при движении

Прыжки через скакалку

Ребенку предлагается выполнить несколько прыжков через короткую скакалку. Оцениваются качественные показатели:

-Исходное положение (ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка)

-Прямое положение туловища и головы

-Движения ног (одновременное перепрыгивание двумя ногами)

-Движения рук (вращательные движения кистями рук)

3.3. Условия реализации программы

Для реализации программы используются:

Материально-технические:

Место проведения: физкультурный зал с разметкой. *Спортивное оборудование:* баскетбольный щит с корзинами (стационарный и переносной); корзины со щитом, длина 120 см., высота 90 см., внутренний диаметр корзин 45 см. Сетка длиной 40 см. Корзины подвешиваются не ниже 180 см., не выше 200 см. над уровнем площадки.

Спортивный инвентарь: мячи разного веса и диаметра, кегли, обручи, фишки, гимнастические маты, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, скакалки, секундомер, свисток.

Программно-методическое обеспечение:

Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., Просвещение, 1983.

Бейлин Ю.Ф., Портных Ю.И. Мини – баскетбол в школе. М., Просвещение 1986.

Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. Малыши открывают спорт. М., Педагогика, 1985.

Зельдович Т.А., Кераминас С.А. Подготовка юных баскетболистов. М., Физкультура и спорт, 1994.

Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М, Просвещение, 1987.

Петерсон Мини - баскетбол. М., Физкультура и спорт, 1983.

Спортивные игры/под ред. Н.П. Воробьёва. М., Просвещение, 1973.

Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2004. Портнов Ю.М., Башкирова В.Г., Луничкин В.Г.

12. Баскетбол: Азбука спорта. Костикова Л.В. – М.: ФиС, 2001.

Кадровые ресурсы:

Организует занятия в спортивной секции «Баскетбол» инструктор по физической культуре.

Место проведения кружка – спортивный зал.

4. Приложение 1
Задачи. Старшая группа (5 - 6 лет)

Первый год обучения

1. Расширять представления детей об оздоровительном значении игры «Мини - баскетбол».
2. Сообщать интересные, для детей 5 -6 лет, факты из истории игры.
2. Учить детей элементарным передачам и приёмам мяча.
3. Учит детей правильно держать мяч при передачах, броска.
4. Учить технике передвижения и стоики игрока.
5. Учить водить мяч на месте и с продвижением вперёд.
6. Развивать глазомер, координацию, ловкость, быстроту, прыгучесть и т.д.
7. Способствовать формированию правильной осанки.
8. Воспитывать чувство коллективизма, самостоятельность.

Планирование работы по освоению детьми образовательной области

«Физическое развитие»

Группа старшего дошкольного возраста 5 – 6 лет

Месяц	Неделя	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
СЕНТЯБРЬ	1 неделя	1. Упражнять в легком беге. 2. Учить выполнять упражнения с мячом. 3. Развивать глазомер, ловкость, скорость.	1. Лёгкий бег, ОРУ. 2. Игровые упражнения с мячом. 3. Эстафеты с мячом.	2 занятия

		4. Воспитывать интерес к игре.		
	2 неделя	1. Продолжить упражнять в легком беге. 2. Повторить упражнения с мячом. 3. Развивать глазомер, ловкость, скорость. 4. Воспитывать интерес к игре.	1. Лёгкий бег, ОРУ. 2. Игровые упражнения с мячом. 3. Эстафеты с мячом.	2 занятия
	3 неделя	1. Продолжить упражнять в легком беге. 2. Учить упражнениям на ловкость, играм с мячом. 3. Развивать глазомер, ловкость, скорость. 4. Воспитывать интерес к игре.	1. Лёгкий бег, ОРУ. 2. Упражнения на ловкость. 3. Подвижные игры с мячом.	2 занятия
	4 неделя	1. Продолжить упражнять в легком беге. 2. Учить упражнениям на ловкость с предметами. 3. Развивать глазомер, ловкость, скорость. 4. Воспитывать интерес к игре.	1. Лёгкий бег, ОРУ. 2. Упражнения на ловкость с предметами. 3. Подвижные игры с мячом.	2 занятия
МЕСЯЦ	**НЕДЕЛЯ**	**ЗАДАЧИ**	**СОДЕРЖАНИЕ МАТЕРИАЛА**	
ОКТЯБРЬ	1 неделя	1. Учить правильно держать мяч. 2. Упражнять в передаче и приёме мяча в колонне. 3. Развивать быстроту реакции, координацию. 4. Воспитывать самостоятельность.	1. Лёгкий бег в чередовании с ходьбой до 2-3 мин., ОРУ. 2. Техника удержания мяча обеими руками на уровне груди. 3. Передача и приём мяча в колонне.	2 занятия

			4. Эстафетный бег.	
	2 неделя	1. Учить правильно держать мяч. 2. Упражнять в передаче и приёме мяча в колонне. 3. Развивать быстроту реакции, координацию. 4. Воспитывать самостоятельность.	1. Лёгкий бег в чередовании с ходьбой до 2-3 мин., ОРУ. 2. Техника удержания мяча обеими руками на уровне груди. 3. Передача и приём мяча в колонне. 4. Челночный бег.	2 занятия 2 занятия
	3 неделя	1. Повторить технику удержания мяча. 2. Закрепить умение передавать и принимать мяч в колонне. 3. Упражнять в метании набивного мяча. 4. Развивать быстроту реакции, координацию, силу. 5. Воспитывать самостоятельность.	1. Лёгкий бег в чередовании с ходьбой до 2-3 мин., ОРУ. 2. Техника удержания мяча обеими руками на уровне груди. 3. Передача и приём мяча в колонне. 4. Метание набивного мяча. 5. Подвижная игра.	2 занятия
	4 неделя	1. Повторить технику удержания мяча. 2. Закрепить умение передавать и принимать мяч в колонне. 3. Упражнять в метании набивного мяча. 4. Развивать быстроту реакции, координацию, силу. 5. Воспитывать самостоятельность.	1. Лёгкий бег в чередовании с ходьбой до 2-3 мин., ОРУ. 2. Техника удержания мяча обеими руками на уровне груди. 3. Передача и приём мяча в колонне. 4. Метание набивного мяча. 5. Подвижная игра.	2 занятия
НОЯБРЬ	1 неделя	1. Учить стойке и перемещению баскетболиста.	1. Лёгкий бег до 2-3 мин., ОРУ в	2

		2. Упражнять в прокатывании мяча. 3. Развивать ловкость, выносливость. 4. Воспитывать организованность.	движении. 2. Обучение стойке и перемещению игрока. 3. Прокатывание мяча друг другу. 4. Подвижная игра на ловкость.	занятия
	2 неделя	1. Продолжить учить стойке и перемещению баскетболиста. 2. Закреплять умение прокатывать мяч. 3. Развивать ловкость, выносливость. 4. Воспитывать организованность.	1. Лёгкий бег до 2-3 мин., ОРУ в движении. 2. Обучение стойке и перемещению игрока. 3. Прокатывание мяча друг другу. 4. Подвижная игра на ловкость.	2 занятия
	3 неделя	1. Повторять стойку и перемещение игрока. 2. Упражнять в передаче мяча, стоя друг за другом. 3. Развивать ловкость, выносливость, умение сохранять правильную осанку. 4. Воспитывать организованность.	1. Лёгкий бег до 2-3 мин., ОРУ в движении. 2. Обучение стойке и перемещению игрока. 3.Передача мяча, стоя друг за другом . 4. Упражнения на формирование осанки.	2 занятия
	4 неделя	1. Закреплять умение перемещаться в стойке игрока. 2. Упражнять в передаче мяча, стоя друг за другом. 3. Развивать ловкость, выносливость, умение сохранять правильную осанку.	1. Лёгкий бег до 2-3 мин., ОРУ в движении. 2. Обучение стойке и перемещению игрока. 3.Передача мяча, стоя друг за другом .	2 занятия

		4. Воспитывать организованность.	4. Упражнения на формирование осанки.	
МЕСЯЦ	**НЕДЕЛЯ**	**ЗАДАЧИ**	**СОДЕРЖАНИЕ МАТЕРИАЛА**	
ДЕКАБРЬ	1 неделя	1. Упражнять в передачах мяча от груди. 2. Упражнять в прыжках. 3. Учить бросать мяч в кольцо произвольным способом. 4. Развивать прыгучесть, ловкость, внимание. 5. Воспитывать решительность.	1. Бег с изменением направления по сигналу, ОРУ с мячом. 2. Передачи мяча друг другу способом от груди. 3. Упражнения с прыжками. 4. Броски мяча в кольцо произвольным способом.	2 занятия
	2 неделя	1. Повторить передачи мяча от груди. 2. Упражнять в прыжках. 3. Продолжить учить бросать мяч в кольцо произвольным способом. 4. Развивать прыгучесть, ловкость, координацию. 5. Воспитывать решительность.	1. Бег с изменением направления по сигналу, ОРУ с мячом. 2. Передачи мяча друг другу способом от груди. 3. Перебрасывание мяча через сетку разными способами. 4. Броски мяча в кольцо произвольным способом.	2 занятия
	3 неделя	1. Учить передавать мяч способом из – за головы. 2. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. 3. Развивать координацию, быстроту.	1. Бег с изменением направления по сигналу, ОРУ с мячом. 2. Передачи мяча друг другу способом	2 занятия

		4. Воспитывать решительность.	из-за головы. 3. Перебрасывание мяча через сетку разными способами. 4. Упражнения с прыжками.	
	4 неделя	1. Учить передавать мяч способом из – за головы. 2. Повторять перебрасывание мяча через сетку. 3. Развивать координацию, быстроту, прыгучесть. 4. Воспитывать решительность.	1. Бег с изменением направления по сигналу, ОРУ с мячом. 2. Передачи мяча друг другу способом из-за головы, от груди. 3.Перебрасывание мяча через сетку разными способами. 4. Упражнения с прыжками. 5. Упражнения на формирование осанки.	2 занятия
ЯНВАРЬ	1 неделя	1. Учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками. 2. Упражнять в метании мяча. 3. Развивать ловкость. 4. Воспитывать инициативность.	1. Бег в чередовании с лёгкими прыжками, ОРУ. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Метание различных мячей. 4. Подвижная игра с передачами мяча.	2 занятия
	2 неделя	1. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками. 2. Учить передавать мяч одной рукой. 3. Развивать ловкость.	1. Бег в чередовании с лёгкими прыжками, ОРУ. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	2 занятия

		4. Воспитывать инициативность.	3. Передачи мяча одной рукой и ловля его двумя руками.. 4. Подвижная игра с передачами мяча.	
	3 неделя	1. Учить ведению мяча на месте. 2. Упражнять в передаче мяча одной рукой. 3. Развивать ловкость. 4. Воспитывать инициативность.	1. Бег в чередовании с лёгкими прыжками, ОРУ. 2. Ведение мяча на месте. 3. Передачи мяча одной рукой и ловля его двумя руками.. 4. Подвижная игра с передачами мяча.	2 занятия
	4 неделя	1. Учить ведению мяча на месте. 2. Упражнять в передаче мяча одной рукой. 3. Развивать ловкость. 4. Воспитывать инициативность.	1. Бег в чередовании с лёгкими прыжками, ОРУ. 2. Ведение мяча на месте, с продвижением вперёд. 3. Передачи мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 4. Подвижная игра с передачами мяча.	2 занятия
МЕСЯЦ	**НЕДЕЛЯ**	**ЗАДАЧИ**	**СОДЕРЖАНИЕ МАТЕРИАЛА**	
ФЕВРАЛЬ	1 неделя	1. Учить броскам в кольцо двумя руками снизу. 2. Развивать быстроту в упражнениях со скакалкой. 3. Развивать силу в упражнениях ОФП. 4. Воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений.	1. Лёгкий бег до 3-х мин., ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками снизу. 3. Упражнения со скакалкой. 4. Элементы ОФП.	2 занятия

	2 неделя	1. Упражнять в бросках в кольцо двумя руками снизу, передаче и ловле мяча на месте. 2. Развивать быстроту в упражнениях со скакалкой. 3. Развивать силу в упражнениях ОФП. 4. Воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений.	1. Лёгкий бег до 3-х мин., ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками снизу. 3. Передача и ловля мяча на месте. 3. Упражнения со скакалкой. 4. Элементы ОФП.	2 занятия
	3 неделя	1. Упражнять в беге на выносливость. 2. Упражнять в бросках в кольцо двумя руками от груди, передаче и ловле мяча на месте. 3. Развивать быстроту в упражнениях со скакалкой. 4. Развивать силу в упражнениях ОФП. 5. Воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений.	1. Лёгкий бег до 3-х мин., ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. 3. Передача и ловля мяча на месте. 3. Упражнения со скакалкой. 4. Элементы ОФП.	2 занятия
	4 неделя	1. Упражнять в беге на выносливость. 2. Закреплять броски в кольцо двумя руками от груди, снизу, передачу и ловлю мяча на месте. 3. Развивать быстроту в упражнениях со скакалкой. 4. Развивать силу. 5. Воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений.	1. Лёгкий бег до 3-х мин., ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками снизу, двумя руками от груди. 3. Передача и ловля мяча на месте. 4. Элементы ОФП.	2 занятия
МАРТ	1 неделя	1. Учить передаче мяча и ловле его в движении. 2. Развивать координацию, ловкость, скорость. 3. Воспитывать стремление к правильному	1. Легкий бег с изменением темпа, ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками	2 занятия

		выполнению упражнений.	от груди. 3. Передача мяча и ловля его в движении. 4. Подвижные игры с мячом.	
	2 неделя	1. Упражнять в бросках мяча в кольцо двумя руками от груди. 2. Развивать координацию, ловкость, скорость. 3. Воспитывать стремление к правильному выполнению упражнений.	1. Легкий бег с изменением темпа, ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. 3. Передача мяча и ловля его в движении. 4. Подвижные игры с мячом.	
	3 неделя	1. Учить броскам мяча в кольцо двумя руками сверху. 2. Развивать координацию,скорость. 3. Воспитывать стремление к правильному выполнению упражнений.	1. Легкий бег с изменением темпа, ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками сверху. 3. Передача мяча и ловля его в движении. 4. Эстафетный бег.	
	4 неделя	1. Учить передаче и ловля мяча в движении с изменением направления. 2. Повторить броски мяча в кольцо двумя руками сверху. 3. Развивать координацию, ловкость, скорость.	1. Легкий бег с изменением темпа, ОРУ. 2. Броски мяча в кольцо двумя руками сверху. 3. Передача мяча и ловля его в	

		4. Воспитывать стремление к выполнению упражнений.	движении с изменением направления. 4. Эстафетный бег.	
МЕСЯЦ	**НЕДЕЛЯ**	**ЗАДАЧИ**	**СОДЕРЖАНИЕ МАТЕРИАЛА**	
АПРЕЛЬ	1 неделя	1. Учить броскам мяча двумя руками сверху в прыжке. 2. Упражнять в передаче и ловле мяча, челночном беге. 3. Развивать скорость, ловкость. 4. Интерес к систематическим занятиям спортом.	1. Лёгкий бег с изменением направления и темпа, ОРУ. 2. Броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 3. Повторить: передачи и ловля мяча. 4. Челночный бег 3*10.	
	2 неделя	1. Продолжать учить броскам мяча двумя руками сверху в прыжке. 2. Продолжать упражнять в передаче и ловле мяча, челночном беге. 3. Развивать скорость, ловкость. 4. Интерес к систематическим занятиям спортом.	1. Лёгкий бег с изменением направления и темпа, ОРУ. 2. Броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 3. Повторить: передачи и ловля мяча. 4. Челночный бег 3*10.	
	3 неделя	1. Повторить броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 2. Упражнять в ведении мяча на месте и в шаге. 3. Развивать скорость, ловкость, координацию. 4. Интерес к систематическим занятиям спортом.	1. Лёгкий бег с изменением направления и темпа, ОРУ. 2. Броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 3. Повторить: ведение мяча на месте, в шаге. 4. Челночный бег 3*10, элементы	

			ОФП.	
	4 неделя	1. Закреплять броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 2. Продолжить упражнять в ведении мяча на месте и в шаге. 3. Развивать скорость, ловкость, координацию. 4. Интерес к систематическим занятиям спортом.	1. Лёгкий бег с изменением направления и темпа, ОРУ. 2. Броски мяча двумя руками сверху в прыжке. 3. Повторить: ведение мяча на месте, в шаге. 4. Челночный бег 3*10, элементы ОФП.	
МАЙ	1 неделя	1. Упражнять в бросках мяча правой и левой рукой. 2. Закрепить умение передавать, вести и ловить мяч на месте и в движении. 3. Развивать ловкость и координацию. 4. Воспитывать решительность, организованность, инициативность.	1. Лёгкий бег до 3-х мин., ОРУ. 2. Броски мяча правой, левой рукой. 3. Повторить: передачи, ведение и ловля мяча на месте и в движении. 4. Подвижные игры.	
	2 неделя	1. Повторить пройденный материал. 2. Развивать ловкость и координацию. 3. Продолжать воспитывать решительность, организованность, инициативность.	1. Бег в чередовании с лёгкими прыжками, ОРУ. 2. Броски мяча правой, левой рукой. 3. Повторить: передачи, ведение и ловля мяча на месте и в движении. 4. Подвижные игры.	
	3 неделя	1. Повторить и закрепить пройденный	1. Подвижная игра «Салки».	

		материал. 2. Развивать ловкость и координацию. 3. Продолжать воспитывать решительность, организованность, инициативность.	2. Повторить: передачи, ведение и ловля мяча на месте и в движении. 3. Повторить ведение мяча с остановкой, изменением направления. 4. Эстафеты.	
	4 неделя	1. Повторить и закрепить пройденный материал. 2. Развивать ловкость и координацию. 3. Продолжать воспитывать решительность, организованность, инициативность.	1. Подвижная игра «Салки» 2. Повторить: передачи, ведение и ловля мяча на месте и в движении. 3. Повторить ведение мяча с остановкой, изменением направления. 4. Эстафеты.	

5. Приложение 2
Перспективный план (подготовительная группа)

Сентябрь

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1. Формировать умение действовать с мячом 2.Приучать, не мешать товарищу в игре. 3.Воспитывать дружеские отношения между детьми.	Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками. Бросание мяча вверх и ловля с хлопком. Свободная игра мячом	2 занятия
2	1.Упражнять в передаче и ловле мяча. 2.Научить быстро реагировать на сигнал. 3.Воспитывать выдержку и внимание.	Бросание мяча вниз и ловля его после отскока Бросание мяча вниз и ловля его Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй»	2 занятия
3	1.Формировать умение владеть мячом. 2.Упражнять в умении действовать с ними. 3.Способствовать развитию координации движений.	Бросание мяча вниз и ловля его после отскока Бросание мяча в стенку или в щит) и ловля его после отскока. Подвижная игра «Сделай фигуру»	2 занятия
4	1.Учить детей вести мяч на месте. 2.Упражнять в умении действовать с мячом. 3.Способствовать развитию координации движений.	Ведение мяча на месте. Бросание мяча в кольцо и ловля после отскока Игра «10 передач» Подвижная игра «Вызов по имени»	2 занятия

Октябрь

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Совершенствовать навык ловли мяча. 2.Способствовать развитию глазомера, координаций и ловкости.	Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока Игры «10 передач», «Обгони мяч», «Будь внимателен»	2 занятия

2	1.Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. 2.Упражнять в ловле мяча. 3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Ведение мяча на месте, продвигаясь вперед. Игра «Мяч водяшему» Игра «Сделай фигуру»	2 занятия
3	1.Совершенствовать навыки передачи - ловли мяча. 2.Развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении. 3.Воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища.	Передача мяча по очереди в правую, затем в левую сторону. Подвижная игра «Поймай мяч» Броски мяча в корзину.	2 занятия
4	1.Упражнять детей в передаче – ловле мяча. 2. Развивать внимание. 3.Способствовать точности движения.	Передача мяча двумя руками от груди стоя парами. Игра «Мяч водящему» Игра «Сделай фигуру»	2 занятия

Ноябрь

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Формировать навыки ведения мяча. 2.Совершенствовать навык ловли мяч. 3.Развивать глазомер, ловкость.	Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Игра «10 передач»	2 занятия
2	1.Развивать навык передачи мяча двумя руками от груди. 2.Упражнять в бросании и ловле мяча. 3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве .	Передача мяча двумя руками от груди стоя парами. Игра «У кого меньше мячей», «Обгони мяч» Произвольная игра с мячом.	2 занятия
3	1.Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, меняя высоту его отскока . 2.Развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении	Ведение мяча правой рукой свободно передвигаясь по площадке. Игра «Мяч водящему» Игра «Сделай фигуру»	2 занятия
4	1.Упражнять детей в передаче – ловле мяча. 2.Закреплять умение вести мяч по прямой. 3.Развивать внимание.	Передача мяча (в тройках), по очереди друг другу в правую, затем в левую сторону. Ведение мяча по прямой. Подвижная игра «Поймай мяч» Броски мяча в корзину.	2 занятия

Декабрь

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. 2.Развивать ловкость и координацию движений. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту, продвигаясь свободно по площадке. Игры «Мотоциклисты», «Поймай мяч» «Будь внимателен»	2 занятия
2	1.Закреплять умение вести мяч с продвижением вперед. 2.Развивать ориентировку в пространстве.	Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту, продвигаясь свободно по площадке. Игры «Брось в корзину», «Попади в цель»	2 занятия
3	1.Упражнять умение вести мяч правой, левой, продвигаясь вперед. 1.Способствовать развитию координации движений, ловкости.	Игры «Играй, играй мяч не теряй» Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту, продвигаясь свободно по площадке. Игры «Мотоциклисты» «Мяч водящему»	2 занятия
4	1.Формировать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге. 2.Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Ведение мяча на месте, попеременно то - правой, то левой рукой; друг за другом. Игра «Займи свободный кружок» Броски мяча в корзину с места. Учебная игра »Баскетбол»	2 занятия

Январь

№	Задачи	Содержание	Кол-во Занятий в неделю
1	1.Учить детей вести мяч правой и левой, меняя направление передвижения. 2.Познакомить с правилами игры в баскетбол. 2. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	Свободное перемещение с мячом, меняя направление передвижения. Эстафета ведения мяча. Броски мяча в корзину. Игра «Передай мяч товарищу. Учебная игра «Баскетбол»	2 занятия

2	1.Упражнять детей в ведении, передаче и ловле мяча. Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол. 2.Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	Ведение мяча змейкой. Передача мяча в парах. Игра «Скажи, какой цвет» Учебная игра «Баскетбол» «Займи свободный кружок»	2 занятия
3	1.Закрепить умение бросать и ловить мяч в парах, двигаться с мячом, меняя направление. Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол. 2.Развивать быстроту, выносливость.	Бросание мяча в парах. Игры «Встречные перебежки», «Заброс мяч в кольцо» Учебная игра «Баскетбол»	2 занятия
4	1.Учить детей бросать мяч в корзину после ведения (с фиксацией остановки). Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол. 2.Воспитывать дружеские отношения.	Бросание мяча в корзину после ведения с остановкой. Игры «Вдогонку за мячом» «Попади в кольцо» Учебная игра «Баскетбол»	2 занятия

Февраль

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча. 2. Способствовать воспитанию выдержки, смелости. Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол.	Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами . Игра «Ведение мяча парами» Учебная игра «Баскетбол» Передача и ловля мяча.	2 занятия
2	1.Учить детей сочетать передачу и ведение мяча. 2.Способствовать развитию координации движений. Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол. 3.Приучать помогать друг другу.	Удары мяча об пол с пересечением поднятой ноги через отскочивший от площадки мяч. Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловля его после удара о пол. Учебная игра «Баскетбол» Игра «Мяч ловцу»	2 занятия
3	1.Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину. 2. Учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. 3.Воспитывать смелость, решительность.	Игра «За мячом» Подвижная игра «Мяч ловцу» Эстафета бросков в корзину. Учебная игра в «Баскетбол»	2 занятия
4	1.Закреплять навыки передачи,	Игра «Успей поймать» «Ловишка с	2

	ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных действиях. Продолжать знакомство с правилами игры в баскетбол. 2.Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить дружно играть.	мячом» Передача и ловля, ведение змейкой между предметами. Учебная игра «Баскетбол»	занятия

Март

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, двигаясь парами. 2.Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Передача, ловля, ведение, броски в корзину в движении парами. Перебрасывание мяча в разных направлениях. Игра «Баскетбол»	2 занятия
2	1.Учитьзащитным действиям 2.Закрепить навыки бросания и ловли мяча. Развивать внимание и ориентировку в пространстве, быстроту, умение принимать решение в сложившейся обстановке.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой – правой или левой. Бросание вдаль одной рукой от плеча и ловля его. Эстафета с ведением мяча. Ведение мяча и защитные действия. Игра «Баскетбол»	2 занятия
3	1.Учить детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по площадке, выйти на свободное место для получения мяча. Развивать быстроту, ловкость	Передача мяча друг другу, двигаясь приставным шагом в сторону, с ведением. Игра «Мяч капитану» Игра «Баскетбол» Игра «Гонка мячей по кругу»	2 занятия
4	1.Упражнять детей в разных действиях с мячом. 2.Формировать умения принимать их в разных ситуациях. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	Введение мяча шагом, бегом свободно передвигаясь по площадке. Броски мяча одной рукой в корзину, меняя место. Игра «Баскетбол» «Брось мяч товарищу»	2 занятия

Апрель

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1. Упражнять в бросании мяча с расстояния 2,5-3м. Приучать детей	Эстафета с ведением мяча по прямой, змейкой.	2 занятия

	творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. 2.Развивать смелость, дружелюбие.	Бросание мяча в кольцо. Передача мяча в тройках. Игра «Баскетбол»	
2	1.Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	Ведение мяча с продвижением, не глядя на мяч. Игра «Баскетбол» Игра «Будь внимателен»	2 занятия
3	1.Упражнять детей в ведении мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча. 2.Закреплять умение размещаться по всей площадке, выйти на свободное место.	Игры «Вызовы по номерам» «Ведение мяча парами» «Ловец с мячом» Игра «Баскетбол»	2 занятия
4	1.Совершенствовать передачу мяча парами при противодействии защитника. 2.Продолжать упражнять передачу мяча в тройках, пятерках.	Игра парами «Поймай мяч» Игра с передачей мяча в тройках, пятерках. Игра «Баскетбол»	2 занятия

Май

№	Задачи	Содержание	Кол-во занятий в неделю
1	1.Формировать точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. 2.Приучать детей помогать друг другу в игре.	Игра «Встречные перебежки» «Вдогонку за мячом» Игра в «Баскетбол»	2 занятия
2	1.Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели.	Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии до 3-4 м. Игра «Поймай мяч» Игра в «Баскетбол» Игра «Передай мяч соседу»	2 занятия
3	1.Совершенствовать навыки владения мяча, использовать изученные приемы. 2.Развивать умение сочетать свои действия с действиями других игроков команды, воспитывать коллективизм.	Игры «10 передач» «Успей поймать» «Встречные перебежки» Игра в «Баскетбол»	2 занятия
4	1.Закреплять умение детей рационально применять в игре разнообразные движения с	«Мотоциклисты» «Передай мяч товарищу»	2 занятия

	мячом. 2.Воспитывать честность справедливость, дружеские взаимоотношения.	Товарищеская встреча по баскетболу. Игра в баскетбол»	

*Взаимодействие с педагогами через WhasApp, Viber, скайп - видео/аудио звонок, Образовательная платформа ОАО «РЖД». Использовать наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий); наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); 2) Словесные: 3) Практические: ¬ Проведение упражнений в игровой форме.