Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение — Центр развития ребенка — детский сад № 1 станицы Калининской

PACCMOTPEHO:

на педагогическом совете «31»августа 2021 г. №1

УТВЕРЖДЕНО:

приказом заведующего МАДОУ – д/с № 1ст. калининской «31»августа 2021 г. № 238

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа«Школа мяча»

инструктор по физической культуре: Морозова Наталья Алексеевна

Структура программы

- 1.Целевой раздел
- 1.1.Пояснительная записка
- 1.2. Новизна и отличительные особенности программы
- 1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы
- 1.4. Цель и задачи реализации программы
- 1.5. Нормативно-правовая обеспечение программы
- 1.6 Планируемые результаты освоения программы
- 2.Содержательный раздел
- 2.1. Особенности организации работы секции «Школа мяча».
- 2.2. Тематическое планирование
- 2.3 Примерный план занятий
- 2.4Особенности организации диагностики
- 3. Организационный раздел
- 3.1.Оборудование площадок и спортивного зала.

1.Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Для развития организма ребенка—дошкольника и его разнообразной деятельности большую ценность представляют основные движения. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, способствуют выработки хорошей осанки.

Повышение эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как в этом возрасте закладывается основы физического развития человека.

Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течении дня, (особенно в холодный период года)
- большая загруженность основными видами деятельности
- желание реализовать себя в движении
- взаимосвязь с программой Физическая культура (начальная школа, учебная программа с 1-4 классов под ред. А. П. Матвеева, совместно с М. В. Малыхиной) по обучении детей игровым видам спорта с первого класса
- недостаточность внимания в Программе «Детство» игровым видам спорта, обучению детей в игре в баскетбол, футбол, волейбол
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным

Программа направлена на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение их биологической потребности в движении, сохранение и развитие природных задатков, а также развитие двигательных способностей выполнение широкого спектра технических и тактических навыков владения мячом, в соответствии с установкой игровой ситуации.

Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спорта и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступно для взрослых и детей.

1.2. Новизна и отличительные особенности 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.

Данная программа базируется на ведущих теоретических идеях следующих программ:

- «Программа Олимпийского образования дошкольников», И.А. Филиппова;
- «Школа мяча», Н.И.Николаева;
- Современные здоровьесберегающие технологии, разработчики В.Л. Старковскова, А.С. Галанова, Т.А. Куценко;
- Технология «Обучение детей дошкольного возраста игре в баскетбол» Адашкявичене Э.Й.

Программа обеспечивает

- всестороннее развитие личности в процессе физического воспитания ребенка на основе его психофизиологических особенностей и природных двигательных задатков
- способствует личной заинтересованности детей в самостоятельном совершенствовании своих результатов
- создает оптимальные условия (специфичные для дошкольников) для реализации творческой активности

Положительная эмоциональная окрашенность физической деятельности детей (умение владеть мячом) и руководителя обеспечивает комфортную обстановку на занятиях и укрепляет желание дальнейшей работы. Смена видов действия с мячом, использование различных дополнительных игровых приемов с разной физической нагрузкой сосредотачивает внимание детей, дисциплинирует и, снимает напряжение.

Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу.

Программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах — парами, тройками, пятерками. Перспективное планирование обеспечивает освоение программного материала в определенной последовательности. Повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки.

Принимая во внимание необходимость индивидуальной и коллективной работы с детьми, распределение программного материала можно считать примерным.

Данная программа составлена с учетом особенностей развития детей старшего дошкольного возраста.

1.3.Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность в работе с детьми дошкольниками обуславливается тем, что в программе «Детство» недостаточно уделено вниманию развития игровым видом спорта. А требования программы «Физическая культура» (начальная школа, под ред. А. П. Матвеева), предусматривает обучение детей с первого класса спортивным играм: футболу, волейболу, баскетболу и другие.

Содержание и методика обучения элементам игры баскетбол детей дошкольного возраста специально не разрабатывались. Тем не менее, авторы методических пособий по физическому воспитанию подчеркивают целесообразность использования элементов баскетбола в качестве одного из средств физического воспитания старших дошкольников и рекомендуют применять игру баскетбол или включать элементы баскетбола в подвижные игры.

Следовательно, необходимо детально разработать методику обучения элементам игры в баскетбол детей дошкольного возраста для использования ее в кружковой работе, определение его содержания с учетом возрастных особенностей детей, их физического развития и физической подготовленности. При этом необходимо учитывать и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста, и специфику работы дошкольного учреждения.

На седьмом году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, особенно в выполнении цикличных и ацикличных видах деятельности. Дети лучше осваивают ритм движения. Быстро переключаются с одного темпа на другой, что особенно важно для игры в баскетбол. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов, глазомер. Дети начинают замечать ошибки при выполнении отдельных упражнений с мячом, способны на элементарный анализ. Они могут различать в содержании упражнений с мячом не только его основные элементы, но и детали, начинают осваивать более тонкие движения в действии кистью при передаче, ведении, броска мячом по кольцу.

Элементарные действия игры в баскетбол должны более широко использоваться в старших и подготовительных к школе группах детского сада. В кружковую работу могут включаться игру с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью

достижения благоприятного физического развития, разносторонней подготовленностью детей, ознакомлением детей баскетболом в доступной форме и преемственности в работе по физическому воспитанию ДОУ и начальной школы.

1.4. Цели и задачи реализации программы

Цель программы:

Создать условия для формирования у дошкольников рациональных, экономных, осознанных движений в играх с мячом в процессе накопления двигательного опыта и применении его в повседневной жизни.

ЗАДАЧИ:

- 1. Научить детей владеть мячом на достаточно высоком уровне.
- 2. Изучить основные методы и приемы действий игры с мячом;
- 3. Способствовать развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений;
- 4. Совершенствовать пространственную ориентировку;
- 5. Развивать крупные и мелкие мышцы, способствовать выработке правильной осанки;
- 6. Воспитывать умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- 7. Способность развитию двигательной активности детей.
- 8. Освоение элементов техники футбол, волейбол, баскетбол.

Режим работы -2 раза в неделю средняя, старшая и подготовительная группа.

Длительность занятия: средняя группа – 15 – 20 минут

Старшая группа – 20 – 25 минут

Подготовительная группа – 25 – 30 минут

Место проведения – спортивный зал ДОУ

спортивная площадка

Форма проведения — специально организованные занятия: игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой с мячом.

Количество детей – подгруппа – 12 – 15 человек

1.5. Нормативно- правовое обеспечение программы

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
- Приказ Министерства просвещения России "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей" от 03.09.2019 №467
- Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
- Национальный проект "Образование" (паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по

стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16)

- Федерального проекта "Успех каждого ребенка", приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07 декабря 2018 г. № 3
- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»,

1.6. Планируемые результаты освоения Программы.

У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают. Дети умеют следить за полетом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу, ловля, бросание в цель у детей старшего дошкольного возраста становится правильнее, свободнее, все движения достигаются определенного уровня совершенства. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляется возможность формировать достаточно сложные действия с мячом, навыки выполнения их определенными способами.

Ребенок старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и правила ее. Во время игры он научится определять расстояние, траекторию полета мяча, его вес и упругость, умеет ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры. Формирование этих умений чрезвычайно важно для организации целесообразных взаимодействий играющих в коллективе детей при ловле, бросании, передаче, ведении и других действиях с мячом. В 5-7 лет дети могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

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.

Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий. Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру. К ним относятся: стойка, остановки,

повороты, прыжки, ложные движения. Второй вид действий более специфичный для баскетбола — ловля, передача, ведение и броски в корзину. Они выполняются разными способами в зависимости от умения детей, их физической подготовленности и ситуации в игре.

Важнейшим требованием к уровню подготовки воспитанников является принцип отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста. Выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной игры с мячом, которые доступны детям старшего дошкольного возраста, соответствуют его физическому развитию и дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимых для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся.

2.Содержательный раздел

2.1. Особенности организации работы секции«Школа мяча»

Работа строится с постепенным усложнением и имеет блочную систему:

1 блок: подготовительная работа

- подбрасывание и ловля после подбрасывания;
- отбивание мяча от пола (правой и левой рукой);
- удары мяча о стенку;
- выполнение упражнений самостоятельно;

2 блок: обучение способам действия

- перебрасывание и броски в парах;
- отбивание мяча от пола и ловля мяча после броска в вверх;
- подбрасывание и ловля мячей из разных положений (стоя на коленях, сидя по-турецки и др.)

3 блок: обучение способам действия

- комбинация заданий в парах;
- комбинация заданий с двумя мячами;
- комбинация заданий в тройках;
- ведение мяча правой и левой руками;

4 блок: обучение способам действия

- упражнение в движении;
- упражнения с дополнительными заданиями;
- усложнение действий с мячом;
- взаимодействие игроков между собой.

2.2. Тематическое планирование работы в секции «Школа мяча»

Средняя группа

- **1.** Прокатывание мяча между двумя линиями, веревками (длина 2-3 метра), положенными на расстоянии 15-20см одна от другой.
- 2. Катание мяча между предметами (расстояние 40-50см).
- 3. Катание мяча друг другу из разных положений.
- 4. Скатывание по наклонной доске с попаданием в предмет.
- 5. Броски мяча из-за головы из разных положений.
- 6. Броски из-за головы через сетку.
- 7. Броски от груди из разных положений.
- 8. Броски от груди через сетку.
- 9. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя, 3-4 раза подряд.
- 10. Броски и ловля мяча в паре друг другу.
- 11. Перебрасывание и ловля мяча по кругу (расстояние 1,5 м друг от друга).
- 12. Броски мяча об пол и ловля его руками.
- 13. Отбивание мяча правой и левой рукой об пол 4 5 раз подряд.

Старшая группа

- 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между предметами (ширина 90- 40см, длина 3-4 м).
- 2. Броски мяча вверх и ловля его на месте не менее 10-ти раз подряд.
- 3. Подбрасывание мяча с хлопками и другими заданиями на месте.
- 4. Броски мяча вверх и ловля его в движении не менее 10 раз подряд.
- 5. Подбрасывание с хлопками и другими заданиями в движении.
- 6. Броски мяча об пол и ловля двумя руками на месте не менее 10 раз в движении.
- 7. Отбивание мяча одной рукой на месте не менее 10 раз.
- 8. Броски мяча об пол и ловля двумя руками не менее 10 раз в движении.
- 9. Отбивание правой и левой рукой в движении (расстояние 5- 6 метров).
- 10. Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя.
- 11. Перебрасывание друг другу и ловля сидя и стоя, стоя спиной друг к другу, разными способами, в разных построениях.
- 12. Перебрасывание мяча через сетку.
- 13. Прокатывание набивного мяча друг другу.
- 14. Перебрасывание набивного мяча друг другу.
- 15. Забрасывание в баскетбольное кольцо.
- 16. Бросок мяча о стенку и ловля его двумя руками.
- 17. Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу.

Подготовительная к школе группа

- 1. Броски мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками не менее 20 раз.
- 2. Броски мяча вверх, об пол и ловля его одной рукой не менее 10 раз.
- 3. «Школа мяча» стоя на месте.
- 4. Прокатывание набивного мяча из разных исходных положений (сидя, стоя).
- 5. Перебрасывание набивных мячей разными способами (снизу, от груди, из-за головы).
- 6. Перебрасывание набивных мячей из разных исходных положений (стоя, сидя, стоя на коленях).
- 7. Перебрасывание мяча снизу, от груди, отскоком от пола, сверху двумя руками, от плеча одной рукой (расстояние 3-4 м).
- 8. Перебрасывание из разных положений (сидя, стоя, лежа).
- 9. Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы.
- 10. Перебрасывание мячей друг другу во время бега.
- 11. Перебрасывание мячей через сетку.
- 12. Передача мяча отскоком от пола из одной руки в другую.
- 13. Передача мяча отскоком от пола из одной руки в другую в движении.
- 14. Отбивание мяча на месте не менее 10 раз одной рукой.
- 15. Отбивание мяча в движении по кругу.
- 16. Введение мяча с дополнительными заданиями (поворотами).
- 17. Введение мяча, продвигаясь между предметами.
- 18. Введение мяча, продвигаясь бегом.
- 19. Введение мяча прыжками.
- 20. Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя.
- 21. Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров.
- 22. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.
- 23. «Школа мяча» у стенки.

Календарное планирование работы кружка «Школа мяча» сентябрь.

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- обучить детей подбрасыванию и ловле мяча.
- закрепить навык прокатывания мяча между предметами.
- упражнять в скатывании мяча по наклонной доске.

Содержаний работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс № 1 и № 2

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. прокатывание мяча между двумя линиями
 - 2. катание мяча друг другу из разных положений.

- 3. катание мяча между предметами
- 4. скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в цель
- 5. бросание мяча из за головы из разных положений
- 6. бросание мяча из за головы через сетку

3 - 4 неделя

- 1. подбрасывание и ловля мяча, не роняя 3 4 раза подряд
- 2. скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в цель
- 3. перебрасывание и ловля по кругу
- 4. катание мяча друг другу из разных положений.
- 5. бросание мяча из за головы из разных положений
- 6. бросание мяча из за головы через сетку

Подвижные игры: «догони мяч», «мой веселый звонкий мяч», «попади в цель», «прокати мяч в воротики», «прокати мяч по тоннели.

«найди свой домик», игры с воздушными шарами. Игры Малой подвижности с м

Планирование работы кружка «Школа мяча» на октябрь

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- научить бросать мяч из-за головы из разных положений;
- закрепить навык подбрасывания и ловли мяча;
- совершенствовать навыки катания мяча;
- воспитывать интерес к играм с мячом.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №3 и №4.

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Броски мяча от груди из разных положений.
 - 2. Бросание мяча из за головы через сетку.
 - 3. Отбивание мяча правой и левой рукой об пол.
 - 4.Перебрасывание и ловля мяча по кругу.
- 3 4 неделя
 - 1.Отбивание мяча правой и левой руками об пол 4-5раз подряд.
 - 2. Катание мяча друг другу из разных положений.
 - 3. Прокатывание мяча между предметами (расстояние 40-50см).
 - 4. Бросание мяча из за головы из разных положений.
 - 5. Бросание мяча из-за головы через сетку.

Подвижные игры: «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Попади в цель», «Прокати мяч в воротики», «Прокати мяч по тоннели», «Найди свой домик», игры с воздушными шарами. Игры малой подвижности с мячом.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на ноябрь

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- учить детей отбивать мяч правой и левой рукой об пол 4-5 раз подряд;
- совершенствовать умение перебрасывать и ловить мяч по кругу;
- упражнять в броске и ловле мяча в паре друг друг другу;
- воспитывать у детей желание и интерес заниматься.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №4 и №5.

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Броски мяча от груди из разных положений.
 - 2. Бросание мяча из за головы через сетку.
 - 3. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя 3 4 раза подряд.
 - 4. Бросание мяча из за головы из разных положений.
- 3 4 неделя
 - 1.Отбивание мяча правой и левой руками об пол 4-5раз подряд.
 - 2. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя 3 4 раза подряд
 - 3. Бросание мяча из за головы из разных положений
 - 4. Бросание мяча из за головы через сетку

Подвижные игры: «Передай мяч по кругу», «Догони мяч», «Пронеси мяч», «Забрось мяч», эстафеты с мячами.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на декабрь

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- совершенствовать умение бросать мяч из-за головы через сетку;
- упражнять в умении бросать мяч из-за головы из разных положений;
- упражнять в броске и ловле мяча в паре друг другу;
- закреплять умение отбивать мяч правой и левой рукой об пол 4-5 раз;
- формировать навык выполнения известных упражнений самостоятельно;
- продолжать развивать быстроту двигательных реакций в играх с мячом.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №6 и №7.

Основные виды:

1 - 2 неделя

- 1. Броски мяча от груди из разных положений.
- 2. Бросание мяча из за головы через сетку.
- 3. Отбивание мяча правой и левой рукой об пол.
- 4.Перебрасывание и ловля мяча по кругу.

3 - 4 неделя

- 1.Отбивание мяча правой и левой руками об пол 4-5раз подряд.
- 2. Катание мяча друг другу из разных положений.
- 3. Прокатывание мяча между предметами (расстояние 40-50см).
- 4. Бросание мяча из за головы из разных положений.
- 5. Бросание мяча из-за головы через сетку.

Подвижные игры: «Встань быстрее», «Мой веселый звонкий мяч», «Попади в цель», «Прокати мяч», «Перенеси мяч», «Найди свой домик».

Планирование работы кружка «Школа мяча» на январь

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- упражнять в ловле и передачи мяча;
- развивать быстроту двигательных реакций в упражнениях с мячом;
- совершенствовать навыки катания мяча;
- продолжать упражнять в бросании мяча.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №3 и №4.

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Броски мяча вверх и ловля двумя руками.
 - 2. Отбивание мяча ладошкой (правой, левой).
 - 3. Прокатывание мяча по скамейке, полу.
 - 4. Удары мяча о скамейку и ловля после отскока.
 - 5. В паре перебрасывание мяча друг другу.
 - 6. Бег за мячом, притопывая ногой.

3 – 4 неделя

- 1. Прокатывание мяча между двумя линиями.
- 2. Катание мяча друг другу из разных положений .
- 3. Бросание мяча из за головы из разных положений.
- 4. Бросание мяча из за головы через сетку.
- 5. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя 3-4 раза подряд.
- 6. Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в цель.

Подвижные игры: «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Попади в цель», «Прокати мяч в воротики», «Прокати мяч по тоннели», «Найди

свой домик», игры с воздушными шарами. Игры малой подвижности с мячом.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на февраль

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- обучать подбрасыванию и ловле мяча после подбрасыванию;
- закреплять умения отбивать мяч двумя руками от пола;
- упражнять детей в прокатывании мяча между двумя линиями, змейкой, друг другу из разных положений.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №5 и №6.

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Броски мяча из-за головы из разных положений.
 - 2. Бросание мяча от груди из разных положений.
 - 3. Подбрасывание и ловля мяча не роняя 3-4 раза подряд.
 - 4. Отбивание мяча двумя руками.
 - 5.Перебрасывание мяча друг другу в паре.
 - 6. Прокатывание мяча по скамейке.

3 - 4 неделя

- 1. Бросание мяча от груди через сетку.
- 2. Броски мяча в паре друг другу.
- 3. Перебрасывание мяча и ловля по кругу (1,5 м друг от друга).
- 4. Прокатывание мяча по полу змейкой между предметами.
- 5. Бег за мячом, притопывая ногой.
- 6. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.

Подвижные игры: «Встань быстрее», «Мой веселый звонкий мяч», «Прокати мяч по тоннели», «Передай мяч другому», «Угадай у кого мяч», эстафеты с мячом, игры с воздушным шаром.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на март

1подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- упражнять в броске и ловле мяча;
- развивать быстроту двигательных реакция в упражнениях с мячом;
- совершенствовать навыки катания мяча;
- продолжать упражнять в бросании мяча.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом Комплекс №6 и №7.

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Броски мяча вверх и ловля двумя руками.
 - 2. Отбивание мяча ладошкой (правой и левой).
 - 3. Прокатывание мяча по скамейке, по полу.
 - 4. Удары мяча о скамейку и ловля после отскока.
 - 5. В паре перебрасывание мяча друг другу.
 - 6. Бег за мячом, притопывая ногой.
- 3 4 неделя
 - 1. Прокатывание мяча между двумя линиями.
 - 2. Катание мяча друг другу из разных положений.
 - 3. Бросание мяча из за головы из разных положений.
 - 4. Бросание мяча из-за головы через сетку.
 - 5. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя 3-4 раза подряд.
 - 6. Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в цель.

Подвижные игры: «Прокати мяч в воротики», «Прокати мяч в тоннели», «Перенеси мяч», «Найди свой домик», игры с воздушными шарами, игры малой подвижности с мячом.

«Планирование работы кружка «Школа мяча» на май

1 подгруппа (средний возраст)

Задачи:

- продолжать учить детей отбивать мяч правой и левой руками об пол 4-5раз;
- закреплять умение бросать мяч из за головы через сетку;
- упражнять в бросании и ловле мяча в паре друг другу;
- формировать умение перебрасывать и ловить мяч по кругу;

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс № 2 и №3)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами
 - 2. бросание и ловля мяча в паре друг другу;
 - 3. отбивание мяча правой и левой руками об пол 4-5 раз подряд;
 - 4. перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя
- 3 4 неделя
- 1. катание мяча друг другу из разных положений
- 2. броски мяча из за головы через сетку

- 3. броски мяча друг другу и ловля его по кругу;
- 4. подбрасывание и ловля мяча не роняя 3-4 раза не роняя **подвижные игры:** «быстрый мяч», «мяч водящему», «мяч через сетку», «подбрось поймай», «мини футбол», «мини баскетбол», «мини волейбол».

Планирование работы кружка «Школа мяча» на сентябрь

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- учить детей бросать мяч об пол и ловить его на месте не менее 10 раз подряд;
- упражнять в бросании мяча вверх и ловлей на месте не менее 10 раз;
- совершенствовать навык в прокатывании мяча одной и двумя руками из разных положений;
- воспитывать внимание и ориентировку в пространстве.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №6 и №7)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами;
 - 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
 - 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя;
 - 4. Перебрасывание мяча через сетку.

3 - 4 неделя

- 1. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
- 2. Бросание мяча об пол и ловля на месте не менее 10 раз;
- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Самостоятельные упражнения с мячом.

подвижные игры: « Бросай - поймай», «Попади в цель», «Быстрый мячик», «Загони мяч в ворота», «Выбивной», игры с теннисным мячиком.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на октябрь

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- учить детей отбивать мяч одной рукой на месте не менее 10 раз подряд;

- закрепит навык бросания мяча об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз;
- упражнять в подбрасывании мяча с хлопками и другими заданиями на месте;
- воспитывать интерес к коллективным играм.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №3 и №4)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами;
 - 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
 - 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя;
 - 4. Перебрасывание мяча через сетку.
- 3 4 неделя
- 1. Бросание мяча об пол и ловля на месте не менее 10 раз;
- 2. Отбивание мяча одной рукой на месте не менее 10 раз;
- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Подбрасывание мяча с хлопками, с приседаниями.

подвижные игры: « Бросай - поймай», «Попади в цель», «Быстрый мячик», «Загони мяч в ворота», «Выбивной».

Планирование работы кружка «Школа мяча» на ноябрь

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- учить детей забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, соблюдая правила.
- упражнять детей в отбивании мяча одной рукой на месте не менее 10 раз подряд;
- совершенствовать умение перебрасывать набивной мяч друг другу;
- закреплять умение бросать мяч об стенку и ловить его двумя руками;
- воспитывать потребность в упражнениях и играх с мячом.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №1 и №5)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Прокатывание набивного мяча в ворота друг друга;
 - 2. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;

- 3. Перебрасывание набивного мяча друг другу;
- 4. Броски мяча о стенку и ловля его двумя руками.

3 - 4 неделя

- 1. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;
- 2. Отбивание мяча одной рукой на месте не менее 10 раз.
- 4. Перебрасывание набивного мяча друг другу
- 5. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками
- 6. Перебрасывание мяча друг другу стоя спиной друг к другу разными способами

подвижные игры: « забрось в кольцо», «кочки», «пронеси мяч», игры с теннисным шариком.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на декабрь

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- продолжать учить детей подбрасыванию мяча с хлопками и другими заданиями на месте;
- упражнять в забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;
- закреплять умение бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд в движении;
- развивать точность движений при перебрасывании мяча друг другу.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №2 и №7)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Подбрасывание и ловля мяча с хлопками на месте;
 - 2. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;
 - 3. Перебрасывание мяча друг другу из разных положений;
 - 4. Броски мяча о пол
 - 5. Броски мяча о стенку и ловля его двумя руками.

3 - 4 неделя

- 1. Броски мяча об пол и ловля его не менее 10 раз подряд в движении;
- 2.Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;
- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Подбрасывание и ловля мяча с хлопками на месте.

подвижные игры: « Толкни-поймай», «Мяч с горки», «Догони мяч», спортивные эстафеты с мячом.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на январь

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- упражнять в подбрасывании мяча вверх, вниз об пол и ловля его;
- формировать умение введения мяча правой и левой рукой;
- развивать меткость и глазомер при забрасывании мяча в баскетбольное кольцо;
- совершенствовать точность передачи мяч друг другу снизу, из-за головы, от груди;
- воспитывать внимание ориентировки в пространстве.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №3 и №4)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами;
 - 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
 - 3. Отбивание мяча одной рукой на месте;
 - 4. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя;
 - 5. Перебрасывание мяча через сетку;
 - 6. Забрасывание в баскетбольное кольцо.
- 3 4 неделя
- 1. Введении мяча в движении (правой, левой рукой);
- 2.Забрасывание в кольцо;
- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Передача мяча в движении двумя руками (от груди).

подвижные игры: «Бросай - поймай», «Попади в цель», «Быстрый мячик», «Загони мяч в ворота», «Выбивной», игры с теннисным мячиком.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на февраль

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- продолжать учить детей бросать мяч об стенку и ловить его двумя руками;

- упражнять детей в введении мяча в движении;
- совершенствовать навык забрасывания в кольцо;
- закреплять умения перебрасывать мяч через сетку.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №5 и №6)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Бросание мяча о стенку и ловля его двумя руками;
 - 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
 - 3. Подбрасывание мяча с хлопками и ловля его;
 - 4. Отбивание мяча одной рукой на месте;
 - 5. Забрасывание мяча в кольцо;
 - 6. Перебрасывание мяча через сетку.
- 3 4 неделя
- 1. Передача мяча в движении двумя руками;
- 2. Введении мяча в движении;
- 3. Прокатывание мяча между двумя предметами;
- 4. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
- 5. Бросок мяча о стенку и ловля его двумя руками.

подвижные игры: « Перебрось мяч через обруч», «Мяч водящему», «Поймай мяч», «Догони мяч», «Передай мяч», «Ловкая пара», «Брось – поймай», волейбол с воздушными шарами, эстафеты с мячом.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на март

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- упражнять в подбрасывании мяча вверх, вниз об пол и ловля его;
- формировать умения введения мяча правой и левой рукой;
- развивать умение перебрасывать набивной мяч друг другу;
- закреплять умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо;
- совершенствовать умение играть в команде.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №6 и №7)

Основные виды:

- 1 2 неделя
 - 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами;

- 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
- 3. Отбивание мяча одной рукой на месте;
- 4. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя;
- 5. Перебрось мяча через сетку;
- 6. Забрасывание мяча в кольцо;

3 - 4 неделя

- 1. Введении мяча в движении (правой, левой рукой);
- 2. Забрасывание в кольцо;
- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Передача мяча в движении двумя руками (от груди);
- 5. Перебрасывание набивного мяча друг другу.

подвижные игры: « Попади в цель», «Быстрый мячик», «Поймай мяч», «Загони мяч в ворота», «Выбивной», «Бросай – поймай», игры с теннисным мячиком.

Планирование работы кружка «Школа мяча» на май

2 подгруппа (старший возраст)

Задачи:

- упражнять в подбрасывании мяча вверх, вниз об пол и ловля его;
- формировать умения введения мяча правой и левой рукой;
- развивать меткость и глазомер при забрасывании мяча в баскетбольное кольцо;
- воспитывать внимание, ориентировку в пространстве.

Содержание работы:

Ходьба и бег с мячом с выполнением заданий

Общеразвивающие упражнения с мячом (комплекс №6 и №7)

Основные виды:

- 1-2 неделя
 - 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между двумя предметами;
 - 2. Бросание мяча вверх и ловля его на месте;
 - 3.Отбивание мяча одной рукой на месте;
 - 4. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его сидя и стоя;
 - 5.Перебрось мяча через сетку;
 - 6.Забрасывание в баскетбольное кольцо.
- 3 4 неделя
 - 1.Введении мяча в движении (правой, левой рукой);
 - 2. Забрасывание в кольцо;

- 3. Передача мяча друг другу, ловля его с места двумя руками;
- 4. Передача мяча в движении двумя руками (от груди).

подвижные игры: « Попади в цель», «Быстрый мячик», «Выбивной», «Загони мяч в ворота», «Выбивной», «Бросай – поймай», игры с теннисным мячиком.

Примерный план занятий на год

Сентябрь

Занятие 1-2

(1-2 неделя)

Задачи: Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, кегли.

Содержание и методика проведения.

I часть. (5 мин.) Игра «Играй, играй, мяч не теряй»

Напомнить детям, как правильно держать мяч, как стоять. Учить принимать правильную стойку баскетболиста. Игра повторяется только после свистка. Ошибки исправляются индивидуально.

II часть. (10-12 мин.) Перебрасывать мячи можно любым способом. Показ детям отвлекающих действий при передаче – прием ложной передачи.

III часть. (5-6 мин). Игра «Сбей кеглю». Учить сбивать кеглю любым способом. Учить детей искать рациональные способы бросания мяча.

Занятия 3-4

(3-4 неделя)

Задачи: Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли — передачи мяча. Упражнять в умении быстро реагировать на сигналы.

Пособия. Резиновые мячи и обручи по количеству детей, свисток, 2-3 флажка разного цвета.

Содержание и методика проведения.

I часть. (5-6мин) 1) Ведение мяча на месте, не глядя на него. Дети выполняют задании, построившись полукругом. Воспитатель показывает флажки разного цвета, дети должны, не останавливаясь, посмотреть и сказать, какого цвета флажок показывает воспитатель (3-4 раза повторить правой и левой рукой) 2-3 мин.

2) Ведение мяча правой и левой рукой, продвигаясь произвольно по площадке. Детям разрешается смотреть реть на мяч. Напомнить, что вести мяч надо впереди-сбоку, толкая вниз, не наклоняясь слишком вперед 2-3 мин.

II часть. (8-10 мин) Подвижная игра «Займи свободный кружок». Учить детей играть в бодром темпе, передавать мяч разными способами: двумя руками от груди на близкое расстояние, одной рукой от плеча — бросая дальше.

III часть. (3-5 мин) Игра «Съедобный-несъедобный. Дети стоят полукругом, воспитатель бросает мяч вразнобой. Дети должны поймать мяч и назвать овощ или фрукт.

Октябрь

Занятие 5-6

(1-2 неделя)

Задачи: Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Пособия. Мячи по количеству детей, зеленый и красный флажки, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть. (2-4мин)1) Ведение мяча на месте правой и левой рукой, меняя высоту его отскока (1-2мин)

2) Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке (1,5-2) мин). Следить, чтобы дети не слишком наклонялись к мячу, не били расслабленной ладонью по нему.

II часть. (5-6 мин) 1) подвижная игра «Мотоциклисты» роль ведущего выполняет ребенок. Движение по улице проходит в одном направлении. После 2-3 мин игры дети ведут мяч другой рукой. (2-3мин)

2) Игра «Поймай мяч» Следить, чтобы дети принимали правильную стойку. Применяли различные способы действия с мячом.(6-8мин)

III часть. (3-5 мин) Малоподвижная игра «Будь внимателен»

Занятие 7-8

(3-4 неделя)

Задачи. Закреплять умение детей вести мяч по прямой, упражнять в ловле – передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости. Пособия. Мячи по количеству детей, красный и зеленый флажки, свисток. Содержание и методика проведения.

I часть. (5-6 мин) Игра «Играй, играй, мяч не теряй» во время игры выполнение разнообразных движений с мячом. После свистка — принять правильную стойку баскетболиста. Исправлять ошибки.

II часть. (8-10 мин) 1) Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом после свистка — смена руки.

- 2) Ведение мяча попеременно правой и левой рукой (2-3 шага одной рукой, 2-3 шага другой рукой). Следить за правильной осанкой, не слишком наклоняться вперед.
- 3) Подвижная игра «Мотоциклисты» (7-8 мин) ведение мяча в одну сторону правой рукой, в противоположную левой. Учить видеть площадку.

III часть. (2-3мин) Игра «Мяч водящему». Соревнования проводятся на точность действия с мячом (3-4 раза)

Ноябрь

(1-2 неделя)

Задачи: Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведения мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 1 корзина.

Содержание и методика проведения

I часть. (2-3 мин) 1) Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой.

2) Ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке.

II часть. (8-10 мин) Подвижная игра «Займи свободный круг». Повторение техники передачи мяча различными способами. Разучивание отвлекающих действий с мячом, поощрение детей, если они применяют такие действия в упражнениях.

III часть. (10мин) Броски мяча в корзину с места. Организуются 2 команды. Дети становится друг за другом в колонну против корзины на расстоянии 1,5 — 2м. Они по очереди бросают мяч в корзину, ловят, а сами становятся в конец колонны. Разучивание с детьми техники броска мяча двумя руками от груди. Не опускать голову при броске, смотреть в передний край кольца.

Занятие 11-12.

(3-4 неделя)

Задачи: Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве., ловкости.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 12 кеглей, красный и зеленый флажки.

Содержание и методика проведения.

I часть (3-4мин) 1) Удары мячом о пол с перенесением поднятой ноги через отскочивший мяч. Упражнение выполняется одной и другой ногой. Мяч бросать о пол не сильно, чтобы он не отскакивал высоко (8-10 раз).

2) Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловля его после того, как он ударится о пол (6-8 раз).

II часть (10-12 мин). 1) ведение и передача мяча друг другу. Дети стоят в колоннах, напротив друг друга, на расстоянии 2-3м. Один ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, передает мяч партнеру, тот выполняет 2-3 шага и передает мяч назад. Задание все дети выполняют сначала поочередно, потом все одновременно.

2) Подвижная игра «Мяч ловцу». Показать детям стойку защитника. Поощрять игроков на поле применять разные действия с мячом: ведение. Передачу мяча, ложные действия. В игре участвует и воспитатель.

III часть (5-6 мин). Свободная игра с мячом на площадке. Индивидуальная работа с детьми. Обрабатывание различных техник владения мячом.

Декабрь

Занятие 13-14

(1-2 неделя)

Задачи: Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.

Пособия. 5-6 мячей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть (5-6 мин). 1) Ведение мяча с изменением направления движения. На площадке выставляются кегли. Дети свободно передвигаются по площадке, обводя кегли то правой, то левой рукой.

2) Игра «Скажи, какой цвет». Все дети с мячами свободно водят мяч по площадке. У водящего 3 флажка разного цвета. Водящий двигается по всему залу, около кого он останавливается, поднимает флажок, ребенок должен назвать цвет флажка, не останавливая движения и не прекращая вести мяч. (водящий должен остановиться у каждого ребенка).

II часть (10-12 мин). Подвижная игра «Займи свободный кружок». Игра проводится с двумя мячами.

III часть (5-6 мин). Катание мяча в цель. Дети делятся на 4 команды, против каждой из них на расстоянии 3-4 м выставляется 5 кеглей. Дети по очереди катают мяч, стараясь сбить им кегли. Выигрывает команда, быстрее всез сбившая все кегли.

Занятие 15-16

(3-4 неделя)

Задачи: Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, сетка.

Содержание и методика проведения.

I часть (5-6 мин). 1) Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча. Выполняют задания одновременно 5-8 детей по 3-4 раза, соревнуясь, кто дальше бросит мяч. Бросать только по указанию педагога.

2) Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами. Можно указать ориентир (линию, шнур), от которого дети начинают предавать мячи и заканчивают. Обратно возвращаются свободно. Повторить 4-5 раз.

II часть (10-12 мин). Подвижная игра «Ведение мяча парами». Вначале роль водящего выполняет ребенок, лучше других владеющий мячом.

III часть (5-6 мин). Передача и ловля мяча. Дети стоят полукругом, воспитатель, называет имя ребенка, быстро бросает ему мяч(2-3 раза, не по очереди). Ребенок должен также быстро бросить мяч воспитателю.

Январь

Занятие 17-18

(1-2 неделя)

Задачи: Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Воспитывать умение помогать друг другу. Пособия. Мячи по количеству детей.

Содержание и методика проведения.

I часть (5-6 мин) 1) Удары мяча о пол с перенесением поднятой ноги через отскочивший мяч от площадки мяч. Упражнение выполняется для правой и левой ноги поочередно. Мяч бросать о пол легко, чтобы он отскакивал невысоко (8-10 раз).

- 2) Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловить его после отскока о землю (6-8 раз).
- II часть (10-12 мин). 1) Ведение и передача мяча друг другу. Дети стоят парами на расстоянии 2-3м друг от друга. Один ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, передает мяч партнеру, тот выполняет то же самое. Задание все дети выполняют одновременно.
- 2) Подвижная игра «Мяч ловцу». Показать детям стойку защитника. Поощрять детей а поле, которые применяют разные действия с мячом: ведение, передачу мяча, ложные действия. В игре участвует воспитатель.

III часть ((4-5 мин). Свободная игра с мячом на площадке. Индивидуальная работа с детьми по отработке техники владения мячом, которые не усчоили учебный материал.

Занятие 19-20

(3-4 неделя)

Задачи: Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.

Пособия. 5-6 мячей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть (4-5 мин). Игра «За мячом» Передавать мяч в бодром темпе, сопровождать его взглядом и руками. Бросать мяч только партнеру.

II часть (10-12 мин). Подвижная игра «Мяч ловцу». Напомнить действия защитника и игроков в поле, показать в игре действия игроков, которые должны перехватить мяч у другого ребенка, не дать передать пас. Роли игроков меняются.

III часть (5-6 мин). Эстафета бросков мяча в корзину. Дети делятся на несколько команд, по числу корзин на площадке. По сигналу воспитателя первые ведут мячи к корзине, останавливаются и бросают мячи двумя руками от груди, ловят и передают следующему игроку по команде. Выигрывает команда, сделавшая больше попаданий.

Февраль

Занятие 21-22

(1-2 неделя)

Задачи: Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить дружно играть. Быстро реагировать на зрительные сигналы. *Пособия*. Мячи, свисток, трое ворот.

Содержание и методика проведения.

I часть (4-5мин). Игра «Успей поймать». Дети передают мяч удобным способом, применяют ложные действия. Отработка ведения мяча на месте, поворачиваясь вокруг себя или двигаясь по маленькому кругу, выбирают момент для передачи мяча (можно дать сигнал свистком). Следить за техникой, за расстоянием для передачи мяча. Отрабатывать быстрый прием мяча.

II часть (10-12 мин). Игра «Ловишки с мячом». Перед началом ловли, ловец поднимает мяч вверх, чтобы все знали, кто водящий. Учит видеть и слышать сигнал воспитателя, предавать мяч. Действовать правой и левой рукой поочередно.

III часть (5-6 мин). Прокатывание мяча через ворота. Дети делятся на 3 команды. Против каждой команды на расстоянии 2-3м выстраиваются ворота. Дети по очереди катают мячи в ворота, стараясь попасть в них. Выигрывает команда, которая точнее выполнила задание.

Занятие 23-24

(3-4 неделя)

Задачи: Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учит бросать мяч в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 5-6 кеглей.

Содержание и методика проведения

I часть (5-6 мин). 1) Бросание мяча обеими руками из-за головы вдаль и ловля его. Повторить 3-4 раза.

2) Перебрасывание мяча в разных направлениях. Дети образуют несколько кругов. Они перебрасывают мяч друг другу разными способами, а водящий в кругу старается поймать мяч. От кого мяч попал к ведущему, становится в центр круга и игра повторяется.

II часть (10-12 мин). Ведение мяча правой и левой рукой и броски в корзину. Дети стоят в 2 колонны, ведут мяч 10-12м, бросают двумя руками от груди, подбирают мяч, ведут назад и отдают мяч следующему. Следить за правильным исходным положением для броска, сопровождать мяч руками во время броска, следить за полетом мяча.

Ш часть (3 мин). Игра «Сбей кеглю». Играющие становятся набольшими группами в шеренгу за линию, в 3-5м от которой находятся кегли по количеству детей. Каждый играющий имеет право катать два мяча. Тот, кто не попал в кеглю первым мячом, прокатывает второй. Затем играющие бегут за мячами, поднимают сбитые кегли, возвращаются, предают мячи следующим детям.

Март

Занятие 25-26

(1-2 неделя)

Задачи: Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, две корзины.

Содержание и методика проведения.

I часть (3-4 мин). 1) Подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой – правой или левой. При броске смотреть на мяч, не бросать очень высоко (4-6 раз).

- 2) Удары мячом о землю и ловля его одной рукой. Повторить 8-10 раз.
- 3) Бросание мяча в даль одной рукой от плеча и ловля его. Дети делятся на две подгруппы, одни бросают мяч, другие ловят его, потом меняются ролями. И часть (12-14 мин). 1) Эстафета с ведением мяча. Дети делятся на команды по 5-6 игроков и становятся по диагонали. Вокруг команды чертится круг. Воспитатель указывает направление передвижения, игроки рассчитываются по очереди. Воспитатель называет номера (не по очереди), дети соревнуются, кто быстрее выполнит задание.
- 2) Ведение мяча и защитные действия. Дети распределяются попарно, один с мячом нападающий, другой без мяча защитник. Нападающий ведет мяч к корзине, стараясь бросить мяч в нее, а защитник противодействует этому. Воспитатель объясняет и показывает стойку и передвижение защитника, а также показывает работу в паре с ребенком.

III часть (3-4 мин). Упражнения с мячом по кругу. Дети стоят в кругу, один – в центре круга. Он бросает мяч всем по очереди в быстром темпе, приговаривая: «лови, бросай, упасть не давай!», сопровождая каждое слово броском мяча. Затем водящий меняется. Вначале роль ведущего рекомендуется выполнять воспитателю.

Занятие 27-28

(3-4 неделя)

Задачи: Учить детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 1 кегля.

Содержание и методика проведения.

I часть (4-6 мин). 1) Дети строятся в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 2м. Игроки одной шеренги с мячами. Обе шеренги двигаются до кегли приставным шагом в сторону, передавая мяч стоящему напротив партнеру. Когда пара детей доходит до ориентира, она становится в конце шеренги. Задание выполняется в правую и левую сторону.

2) Задание тоже, но включат ведение мяча, сперва ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, затем перебрасывает его стоящему напротив партнеру. Тот

повторяет то же самое. Можно указать ориентир, от которого дети начинают упражнение и заканчивают, или подать сигнал свистком. Упражнение повторяется 3-4 раза.

II часть (10-12 мин). Игра «Мяч капитану». В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться по всей площадке, не толкаться, учить выходить на свободное место для получения мяча.

III часть (3-5 мин). Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу». Играющие образуют широкий круг. Двое детей, стоящих напротив в кругу, имеют мячи разного цвета. После сигнала воспитателя они передают мяч по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал второй. Игра повторяется 2-3 раза.

Апрель

Занятие 29-30

(1-2 неделя)

Задачи: Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть (3-5 мин). 1) Ведение мяча на месте, попеременно правой и левой рукой.

- 2) Ведение мяча шагом, затем бегом, свободно передвигаясь по площадке.
- 3) Броски мяча в корзину с места двумя руками от груди. Бросать мяч с разных точек и разного расстояния.

II часть (15 ми). Учебная игра в баскетбол Дети распределяются в команды по 5 человек. Команды играют по очереди (3 мин). Воспитатель объясняет основные правила игры всем детям. Играть можно шагом. Самое главное, чтобы дети применяли все усвоенные приемы игры с мячом. По ходу игры педагог объясняет детям действия и выявляет ошибки.

III часть (3-4 мин). Повтор малоподвижной игры «Гонка мяча по кругу».

Занятие 31-32

(3-4 неделя)

Задачи: Приучать детей и творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры в баскетбол.

Пособия. Мячи большие (d-18-20cm) и маленькие (d-6-8cm)

Содержание и методика проведения.

I часть (3-5 мин). 1) Эстафета с ведением мяча. Дети делятся на 3-4 команды и за линией старта выстраиваются в колонну. У первых игроков каждой команды в руках по мячу. Против каждой команды выстраиваются кегли. Дети обводят кегли мячом правой и левой рукой. Ребенок всегда должен вести мяч дальней от препятствия рукой. Когда игрок возвращается, он

передает мяч ударом о землю товарищу по команде. Тот ловит мяч и выполняет то же самое.

II часть (12-14 мин). Игра в баскетбол. Дети делятся на несколько команд по 3 человека. Две команды играют 3 мин —остальные наблюдают игру. Потом играют другие команды. В игре может участвовать и воспитатель. Он советует игрокам обеих команд, как поступить в той или иной ситуации. Броски мяча в корзину выполняют только дети.

III часть (4-5 мин). Игра «Попади в мяч». Играющие образуют широкий круг. В середине на табуретке лежит большой волейбольный мяч, у каждого из игроков по маленькому мячу. По указанию воспитателя ребенок выполняет бросок, стараясь сбить волейбольный мяч. Попавший в мяч имеет право на повторный бросок.

Май

Занятие 33-34

(1-2 неделя)

Задачи: Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре. Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, флажок.

Содержание и методика проведения.

I часть (3-4 мин). 1) Дети делятся по парам, один ребенок в паре имеет мяч. По сигналу ведут мяч вперед, все время глядя на воспитателя. После зрительного сигнала останавливаются и передают мячи партнерам, которые продолжают задание. Воспитатель подает разные зрительные сигналы: вести мяч одной рукой, другой, остановится, быстрее передвигаться и т.д.

II часть (12-15 мин). Игра в баскетбол. Дети делятся на несколько команд по 3 человека, один из них капитан. Воспитатель знакомит детей с ролью капитана, напоминает, что нельзя бежать с мячом в руках, толкаться. Мяч следует передавать тому, кто находится в более удобном положении. Необходимо приучать детей вести коллективную игру, подчинять желание бросить мяч в корзину интересам команды.

III часть (3-5 мин). Малоподвижная игра «Гонка мяча по кругу».

Занятие 35-36

(3-4 неделя)

Задачи: Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.

Пособия. Мячи, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть (3-4 мин). 1) Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии до 3-4 м 2) Игра «Поймай мяч»

II часть (12-15 мин). Игра в баскетбол. Дети делятся на команды по 5 человек. Необходимо стремится, чтобы игра понравилась, строго следить за самочувствием детей, не давать играть дольше 5 мин без отдыха. Можно заменять детей во время игры. Учить правилам игры и требовать

придерживаться их. Следует поручать им выполнять роль судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру.

III часть (2-3 мин). Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий за кругом. Играющие передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задача водящего — дотронуться до мяча. Если водящий дотронется до мяча, то игрок, у которого был мяч, становится водящим.

2.4. Особенности организации диагностики

I блок: упражнения с передачей мяча					
	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Высокий	Средний	Низкий
			уровень	уровень	уровень
			3балла	2 балла	1балл
1	Передача мяча двумя	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
	руками в парах, стоя на				
	месте				
2	Передача мяча двумя	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
	руками в парах с				
	отскоком о землю				
3	Передача мяча двумя	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
	руками в парах,				
	передвигаясь вперёд				
	боковым галопом				
II блок: упражнения с ведением мяча					
1	Ведение мяча на месте	10c	Более 10	5-7 раз	1-2 раза
	двумя руками		раз		
2	Ведение мяча правой и	Время не ограничено	Более 10	5-7 раз	1-2 раза
	левой рукой вокруг себя		раз		
3	Ведение мяча правой и	Расстояние 10м (не	10м	5м	1-2м
	левой рукой, шагом	потерять мяч)			
	продвигаясь вперёд				
III блок: упражнения с бросками мяча в корзину					
1	Бросок мяча в корзину,	10 бросков, расстояние до	8-10 раз	3-7 раз	0-2м
	поставленную на пол,	корзины 2м			
	способом от груди				
2	Бросок мяча в кольцо,	5 бросков, расстояние до	4-5раз	2-3 раза	0-1раз
	стоя на месте, двумя	кольца 2,5-3м			
	руками, способом из-за				
	ГОЛОВЫ				
3	Бросок мяча в кольцо	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1-2 раза	0
	после ведения с				
	фиксации остановки				
Сумма балов за тесты			27	18	9

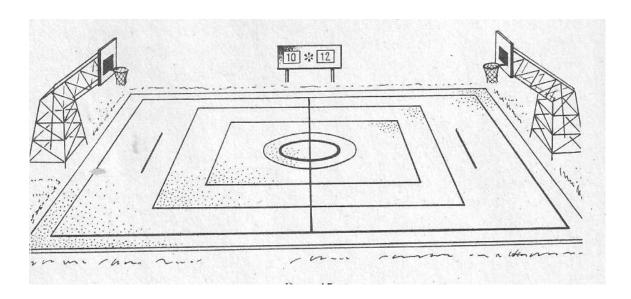
Высокий уровень – от 19 до 27 баллов, ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

Средний уровень – от 10 до 18 баллов, ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов, ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

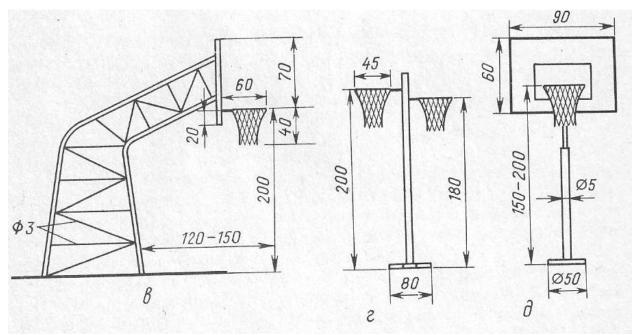
3.Организационный раздел 3.1.Оборудование площадок и спортивного зала.

Оборудование площадок для обучения игры в баскетбол должно отвечать определенным требованиям. Применительно к участку детского сада, с учетом возраста старших дошкольников, наиболее удобна площадка для игр с мячом, уменьшенная наполовину по сравнению со взрослой. Площадка должна быть с твердым грунтом, утрамбованной землей, асфальтом. Размеры площадки 15х8м.

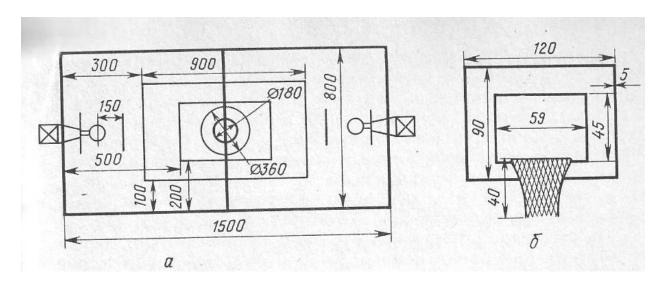


Границей площадки являются боковые и лицевые линии, которые наносятся краской. В центре площадки следует отметить круг, d-1.8м для розыгрыша мячей. Отмечать штрафную площадку не надо, т.к. штрафные броски не применяются (они могут снизить интерес детей к игре в баскетбол).

Корзины по размерам должны соответствовать стандартным, т.е с внутренним диаметром 45см, длиной сетки 40см. Этот диаметр корзины увеличивает вероятность попадания мяча. Корзины подвешивают не ниже 1.80м и не выше 2м над уровнем площадки.



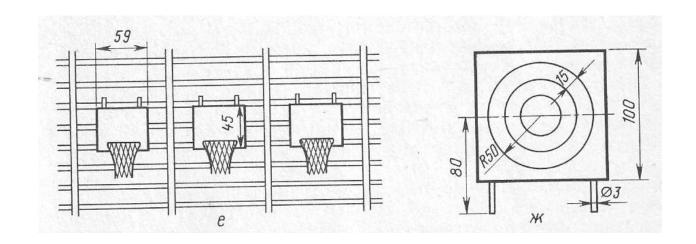
Щиты размером 120×90 см делаются из целого прочного ДСП, поверхность окрашивается в белый цвет, а края обводятся линией шириной в 5см. Окантовку щитов желательно сделать яркой краской (красной, голубой). Стойку, к которой крепятся щиты, следует выносить на 1-1,5м от лицевой линии в целях предупреждения травм у детей.



На расстоянии 1-2м от площадки не должно быть деревьев и жестких предметов: камней, архитектурных форм, песочниц и т.д.

Для игры используются детские мини-мячи для баскетбола d-18-20см. При обучении ведению мяча рекомендуется использовать мячи, которые хорошо отскакивают от пола.

В физкультурном зале ДОУ оборудуется одно кольцо на стене, и несколько переносных щитов с кольцами. Детей обучают игре в одно кольцо. В летнее время, когда дети освоят технику игры, игра проводится на открытой оборудованной площадке.



3.2.Список литературы:

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

Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.

Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.

Волошина Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / автор-составитель Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. М., 2000.

Крусева Т.О. Справочник инструктора по физической культуре в ДОУ. М., 2005.

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М., 2001.

Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое здоровье и развитие детей 3-7 лет – программа «Старт», М., 2003.