****

**Российская Федерация**

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад № 301»**

«Утверждение»

Заведующий МАДОУ №301

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.И.Евтеева

**Программа по обучению элементам баскетбола детей младшего, среднего, старшего и подготовительного дошкольного возраста**

**В МАДОУ №301**

Составила: Инструктор физ. воспитания

Отарашвили С.Е.

2021-2022 уч. год

**Пояснительная записка**

Детский возраст – это время интенсивного формирования и роста тела ребёнка, развития функций всех систем организма и психики, раскрытия способностей, становления личности. Вместе с тем это благоприятный период для положительного воздействия на развитие детей средствами физической культуры. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Основным видом деятельности в дошкольном возрасте является игра, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения. Подвижная игра, а также игры с элементами спорта представляют собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движений. Играм с мячом отводится особая роль. Известный немецкий педагог Ф. Фребель, отмечая разностороннее воздействие мяча на психофизическое развитие ребенка, подчеркивал его роль в развитии координации движений, кисти руки. Он считал, что все, в чем нуждается ребенок для своего разностороннего развития, ему даст мяч. В системе физического воспитания, разработанной П.Ф. Лесгафтом, игры с мячом также занимали значительное место. Особая роль отводится этим играм и в работах Э.Я. Адашкявичене, Э.С.Вильчковского, А.И.Курка, Т.И.Осокиной и других. Ребенок играя выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, различными поворотами. В играх с мячом развиваются двигательные качества ребенка: быстрота, ловкость, сила, выносливость, нравственно-волевые качества; совершенствуются навыки большинства основных движений, повышается работоспособность дошкольников. Во всех комплексных программах воспитания и развития детей дошкольного возраста «Дитина», «Українськедошкiлля», «Дитина в дошкiльнi роки», «Я у Свiтi» в разделе физического воспитания, действия 5 детей с мячом включены уже с младшего возраста. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения. Также материал программ предусматривает овладение начальными элементами спортивных игр с мячом (футбол, баскетбол, теннис), которые кроме игрового значения, являются важным средством совершенствования двигательной подготовки детей старшего дошкольного возраста. Игры с элементами баскетбола занимают особое место среди спортивных игр с мячом. Баскетбол – 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. При этом движения выполняются в постоянно изменяющейся обстановке, что способствует формированию у детей дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Разнообразные действия с мячом обеспечивают необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно на мышцы плечевого пояса и спины, удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки. Кроме того, элементы игры в баскетбол могут использоваться в условиях дошкольного учреждения, что делает эту игру актуальной в разное время года. Однако, являясь столь важным средством развития движений, баскетболу отведено недостаточное место в системе занятий по физической культуре у старших дошкольников. Среди причин можно назвать самые основные: недостаточное количество спортивного оборудования и инвентаря для игры в баскетбол в дошкольных учреждениях, отсутствие системы занятий, системности в их планировании и проведении. Поэтому, возникает противоречие между необходимостью реализовывать фрагмент раздела программ по физическому воспитанию для дошкольников, касающихся спортивных игр, и методическим обеспечением данного вопроса в 6 современной педагогической литературе (последние единичные публикации по данной теме относятся к 80-90 годам ХХ века). Представленное учебнометодическое пособие позволяет частично решить эту проблему. Практический материал, обобщенный в пособии, успешно прошел трехлетнюю апробацию в условиях дошкольного заведения.

 I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ БАСКЕТБОЛ

1.1 Значение и специфика влияния игр с элементами баскетбола на разностороннее развитие ребёнка дошкольника Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают упражнения спортивного характера и игры с элементами спорта, овладение которыми является необходимым условием для разносторонней физической подготовленности детей. Известные ученые Т.И.Осокина, Э.С.Вильчковский, Э.Й.Адашкявичене неоднократно обращали внимание на значение игры в баскетбол для всестороннего развития ребенка. Баскетбол — популярная спортивная игра. За свою более чем вековую историю он снискал огромное число почитателей во всем мире. Присущие ему высокая эмоциональность и зрелищность, многообразие проявления физических качеств и двигательных навыков, привлекает интерес к этой игре у детей. Баскетбол состоит из: естественных движений (ходьба, бег, прыжки) и специфических двигательных действий без мяча и с мячом (остановки, повороты, передвижения приставными шагами, ловля, передача, ведение, броски). Противоборство, целями которого являются взятие корзины соперника и защита своей, вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются практически все функциональные системы его организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижение спортивного результата требует целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себе, чувства коллективизма.

 Эти психофизические качества имеют большое значение для укрепления здоровья, физического совершенствования детей, овладения широким кругом движений. Как указывают специалисты в области физического воспитания детей дошкольного возраста Т.И.Осокина, Л.Д.Глазырина, Д.В.Хухлаева, Э.С.Вильчковский, гармонично развитые психофизические качества играют решающую роль в играх и разнообразной деятельности детей при меняющихся условиях среды, способствуют появлению активности, самостоятельности, уверенности, самообладания. Ребенок играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, различными поворотами. Эти игры развивают ручную ловкость, глазомер, совершенствуют деятельность коры головного мозга. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений, так как дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность, но также в ходьбе, беге, прыжках. Упражнения с мячом способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В играх с мячом развиваются быстрота, прыгучесть, сила, так как ребёнку часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнёру или бросать его в цель, расположенную на значительном расстоянии. Упражнения с мячом являются эффективным средством развития ловкости, в том числе, ручной ловкости детей старшего дошкольного возраста. Ловкость, по определению А.В.Запорожца, - способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Н.А. Бернштейн, выдающийся физиолог, дает следующее определение ловкости: ловкость есть способность двигательно выйти из любого положения, то есть, способность справиться с любой возникшей двигательной задачей: правильно, быстро, рационально, находчиво. В играх с элементами баскетбола совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами баскетбола позволяют ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество. Воспитательно-образовательное влияние данной игры не ограничивается только уровнем развития двигательных действий детей, характерных для данной игры (передача, ловля и ведение мяча), изменения в технике, скорости, точности выполнения действий с мячом развивают у детей умение быстро бегать, прыгать в длину и вверх с места. Упражнения в бросании, передаче мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила. У детей дошкольного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие точности двигательных действий. Упражнения и игры с мячами развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка готовящегося к обучению в школе. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

При обучении игре в баскетбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка. При передвижении по площадке ребёнок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге с сочетанием с ходьбой, с прыжками и так далее. Ребёнок выполняет все движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры: самостоятельно подобрать способ движения, найти удобное место для его осуществления. Броски мяча в высоко расположенную цель по структуре близки к действиям, которые ребенок совершает, стремясь достать высоко подвешенный предмет, что рекомендуется как специальное упражнение для воспитания правильной осанки. В играх с элементами баскетбола создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. Необходимость принимать быстрые, разумные решения, правильно их реализовывать в игре способствует воспитанию уверенности, решительности. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия. Уверенность в своих силах и возможностях является основным фактором, который позволяет ребёнку успешно проявлять приобретённые навыки. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре. Таким образом, всестороннее и комплексное воздействие на детей дает право считать баскетбол не только увлекательным видом спорта, но и одним из наиболее действенных средств физического и нравственного воспитания.

 1.2. Особенности методики обучения дошкольников игре в баскетбол Достижения отечественных и российских учёных Э.С Вильчковского, А.И.Курка, Э.Й Адашкявичене, Т.И Осокиной, А.В Кенеман свидетельствуют, что дети пяти лет уже имеют готовность к овладению несложными элементами баскетбола на основе двигательных навыков, которые сформированы у них в процессе проведения подвижных игр в предыдущих возрастных группах. 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 комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в баскетбол отличается от подвижных игр большей сложностью. 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, разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь. Решающим условием обучения детей действиям с мячом является рациональность избираемой методики, которая строится на основе учета возрастных особенностей детей и их физической подготовленности. При этом в полной мере необходимо учитывать интересы и возможности детей, указывает Э. Й. Адашкявичене. Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения элементам 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.

 Такими действиями являются стойка баскетболиста, передвижение по площадке, остановки шагом, повороты, а также действия с мячом (передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, ловля двумя руками на уровне груди, ведение мяча по прямой правой и левой рукой с изменением направления, при противодействии другого игрока, броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча). Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся. Методика обучения старших дошкольников баскетболу предусматривает использование подготовительных упражнений с мячом, которые содержат движения, похожие на главные элементы техники двигательных действий, которые изучаются. Процесс обучения упражнениям с мячом можно условно разделить на следующие этапы: - первоначальное обучение; - углубленное разучивание; - закрепление и совершенствование движений. Как указывает Э.Й.Адашкявичене: «…на каждом из них ставятся определенные задачи, которые осуществляются при помощи соответствующих средств и методов физического воспитания. Очень важно обеспечить постепенное усложнение условий выполнения действий в зависимости от имеющихся у детей навыков обращения с мячом. Четкая последовательность и взаимосвязь средств и методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий». На начальном этапе обучения целесообразно упражнять детей в разнообразных действиях, а также стимулировать свободные игры с мячом в самостоятельной двигательной деятельности, не ставя целью отработку техники этих действий.

 Основной задачей обучения на этом этапе является формирование определённых умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Обучение следует начинать в специально созданных условиях, а закреплять – в подвижных играх. Если упражнения с мячом подбираются и проводятся с учетом возможностей каждого ребенка, они способствуют не только более быстрому формированию навыков владения мячом, но также и общему развитию всех детей, как менее подготовленных, так и более сильных. На одном занятии необходимо предусмотреть от одного до трех видов основных действий с мячом и игры - большой интенсивности и малоподвижные. Количество упражнений и игр зависит от степени новизны и уровня их усвоения, а также от способов организации детей. Постепенное усложнение упражнений с мячом, создание новых, разнообразных условий действий с ним обеспечивают быстрое формирование широкого диапазона навыков владения мячом. Правильный, четкий показ действий с мячом, сопровождаемый кратким, доступным ребенку пояснением, способствует созданию правильных и точных представлений о движениях, вызывает желание выполнять их. При обучении детей упражнениям с мячом очень важно усвоить следующие главные элементы двигательных действий: - при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом; - при передаче и бросках мяча - овладение движением рук; - при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом. Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно. Во вводной части занятия (длительность 4-5 мин) подбираются 1-2 упражнения с мячом, чаще всего игрового характера. Обычно эти движения являются сходными по своей структуре с основным движениями игр, которые проводятся в основной части занятия. Это дает детям возможность овладеть навыками действий с мячом в более стабильных условиях. Основная часть занятий (8-10 мин) отводится подвижным играм, упражнениям с элементами соревнования, обеспечивающим высокую двигательную активность детей. В этой части занятия формируются навыки действий с мячом, а также умения применять их в игровых условиях. В заключительной части (3-5 мин) организм ребёнка приводится в относительно спокойное состояние при сохранении бодрого настроения, поэтому, проводится малоподвижная игра или игровое упражнение с мячами или без них. Очень важно научить детей правильно держать мяч. Исходное положение — держать мяч на уровне груди двумя руками. При этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук сбоку мяча, пальцы широко расставлены.

1. Ловля мяча. 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, должен захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

2. Передача мяча. Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей передаче его двумя руками с места, а в дальнейшем в движении. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к туловищу — вниз — на грудь и, разгибая руки вперед, от себя послать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча осваивается детьми постепенно.

3. Ведение мяча. На начальном этапе обучения детям пятилетнего возраста более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И наконец, ребенок осваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений, а также при противодействии другого игрока. 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 игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно, согласованно, с передвижением.

4. Броски мяча в корзину. При обучении дошкольников броскам мяча в корзину, можно ограничиться привитием им навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и при передаче мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать им небольшую дугу вниз на себя и, выпрямляя руки вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы при этом мягким толчком направляют мяч в корзину. Бросок мяча в корзину после ведения или после ловли, когда ребенок получает мяч, выбегая к щиту, чаще всего производится одной рукой от плеча. Детей целесообразно учить бросать мяч одной рукой от плеча с фиксацией остановки. При броске одной рукой от плеча с места одна нога выставляется на полшага вперед. Мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе бросающей руки и придерживается другой рукой. Разгибая ноги с одновременным выпрямлением руки с мячом вверх - вперед, ребенок мягким толчком кисти направляет мяч в корзину.

Д.В. Хухлаева рекомендует на начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка направлять на качество выполнения каждого движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70 % содержания занятия, мы удовлетворим желание детей играть. Эффективным является использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением. Например, обучая ловле - передаче мяча, можно давать такое задание: чья пара (кружок) сделает больше передач, не роняя мяч на землю, не касаясь груди мячом. Такие задания вызывают у детей желание добиться хороших результатов, содействуют поддержанию интереса. Они отвечают целям и задачам обучения и воспитания, доступны и понятны, интересны и эмоциональны, приближают действия к игровой ситуации. Игровая обстановка усиливает заинтересованность, активность детей, благодаря многократной повторяемости повышается эффективность выполняемых движений. После овладения основными элементами изучаемого действия осуществляется углубленное разучивание. На данном этапе обучения отрабатывается точность выполнения движений с мячом, исправляются имеющиеся ошибки, формируется правильное ощущение навыка в целом. Здесь можно применять упражнения с элементами соревнования, направленные на точность выполнения движения, некоторые подвижные игры. Упражнения с элементами соревнования создают особый динамический и эмоциональный фон, стимулирующий максимальное проявление физических и волевых качеств ребенка, способствующий быстрому и правильному выполнению упражнений с мячом. Особенно важно, что они помогают избежать однообразной работы над техникой действия.

 Упражнения с элементами соревнования необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем между группами. После этого возможно проводить упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений. Ко времени проведения упражнений с элементами соревнований дети уже имеют определенные навыки обращения с мячом. Поэтому возможно применение самых простых индивидуальных игр, в которых каждый ребенок действует с мячом независимо от других игроков, а также игр, в которых большинство детей действует с мячом (например, «Кто водящий»). Они способствуют формированию навыков владения мячом в большей мере, чем игры, в которых вся группа (25 детей) играет с одним мячом. Игры такого характера повышают двигательную активность детей, особенно увеличивают количество действий с мячом. Основная задача этапа закрепления и совершенствования действий с мячом заключается в создании устойчивых достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков. Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляются в основном в подвижных играх, включающих эти действия. Соблюдая постепенное усложнение обучения, на данном его этапе проводят игры, в которых игровое действие развертывается между несколькими группами (например, «Мяч водящему», «Займи свободный кружок»). В дальнейшем дети уже в состоянии играть в более сложные игры, в которых ведется счет между двумя командами («Мяч капитану», «Мяч ловцу»), а также и в баскетбол по облегченным правилам. На разных этапах обучения соотношение приемов показа и пояснения изменяется. Например, на начальном этапе формирования передачи мяча, когда складываются общие представления о действиях с мячом, ведущую роль играет показ, который обязательно должен быть подкреплен объяснениями. Поэтому в начале обучения передаче мяча целесообразно многократно демонстрировать ее на возможно более высоком уровне. Это создает у детей общее представление об изучаемом действии с мячом. Ведение мяча, броски в корзину и другие действия воспитатель сам показывает детям. А такие действия, как передача и ловля мяча, могут показать дети, наиболее хорошо усвоившие их. Воспитатель подчеркивает, на что необходимо обратить внимание. Несколько позже следует перейти к демонстрации передачи мяча в сочетании с объяснением, направляя внимание детей на более важные моменты действия: на исходное положение, а затем на бросок. На этапе совершенствования передачи мяча в упражнениях и играх объяснение дают в виде кратких указаний: «Провожай мяч руками», «Передавай мяч на уровне груди партнера», «Опусти локти вниз». Э.Й. Адашкявичене рекомендует при обучении использовать прием практического выполнения детьми движений вслед за воспитателем, например, передвижение в сторону приставным шагом. Некоторые несложные и знакомые упражнения с мячом они в состоянии выполнить по словесному указанию, например, бросать мяч вниз и ловить, перебросить мяч товарищу. При формировании действий с мячом Д.В. Хухлаева считает целесообразным применять определенные зрительно-чувственные ориентиры, информирующие ребенка о протекании движения и его результатах. Для сознательного отношения ребенка к действиям с мячом необходимо после разъяснения и показа дать ему возможность упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями детей в действиях с мячом формируется умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности. Ссылаясь на мнение Э.С.Вильчковского, процесс формирования действий с мячом в определенной мере обусловлен индивидуальными особенностями детей. Дети, у которых более координированные, точные движения, которые быстро реагируют на сигналы и умеют оценивать сложившуюся ситуацию на площадке, быстро овладевают правильной техникой действий с мячом. Им достаточно показать, объяснить и дать возможность потренироваться в действиях. В процессе дальнейших упражнений дети научаются не только правильно выполнять действия с мячом, но быстро и обдуманно применять разные их сочетания, подбирать действия, более соответствующие сложившейся обстановке на площадке. Если ребенок невнимателен, не умеет сосредоточиться при выполнении учебных заданий, не проявляет активности, движения его вялые, медлительные, педагог должен найти индивидуальный подход к нему. Сначала надо стремиться заинтересовать ребенка физическими упражнениями. Для этого можно его подбадривать, выдвигать водящим (когда эта роль более легкая). Можно предложить ему упражняться с ребенком, технически правильно выполняющим движения, или при возможности воспитателю надо самому показать ребенку то или иное движение. В играх с элементами индивидуальных соревнований можно давать облегченное задание, уравновешивающее его силы с другими детьми. С течением времени ребенок убеждается, что может не хуже других играть с мячом, это повышает интерес, привлекает его к более инициативному участию в играх и упражнениях. Главное, чтобы ребенок стал подвижнее, при необходимости боролся за мяч, старался помочь товарищу, попавшему в опасное положение, помогал выиграть очко. Заинтересованность играми и упражнениями с мячом вызывает в свою очередь необходимость внимательно выслушивать объяснение правил игры, техники выполнения движений. По данным Л.А.Сварковской, хорошие результаты в ознакомлении детей со спортивными играми, в частности с баскетболом, дает использование дидактических игр о спорте. Такие игры способствуют развитию познавательных способностей, позволяют ребёнку наглядно представить каждый вид спорта, его своеобразие и красоту, а также способствуют обогащению эмоциональной сферы личности дошкольника, формируют для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Таким образом, очевидно, что занятия баскетболом способствуют развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных игровых ситуациях. Игра в баскетбол развивает соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывает товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи.

ГЛАВА II. ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ОБУЧЕНИЮ ЭЛЕМЕНТАМ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Методические рекомендации по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам игры в баскетбол Обучение элементам баскетбола можно начинать в старшей группе детского сада. Дети овладевают техникой действий с мячом при многократном повторении упражнений. Если ознакомление с движением прошло на занятии, то во время прогулок оно должно закрепляться в виде тренировочных упражнений. Для того чтобы не снижался интерес детей к изучаемым движениям, следует постараться их разнообразить и обыграть. Необходимо дать мяч каждому ребёнку – это значительно повысит эмоциональность занятий и будет способствовать более быстрому освоению движений. Доступны и интересны старшим дошкольникам игры: «Мяч водящему», «Играй, играй мяч не теряй», «Подвижная цель», «Вызов номеров» и т.д. Целесообразно использование на занятиях и прогулках стихотворного и иллюстративного материала, дидактических игр, загадок на тему баскетбола и игр с мячом. Также рекомендуется проводить беседы, раскрывающие темы элементарных теоретических знаний об игре баскетбол, знакомить с историей появления мяча, развития игр с мячом в разных странах, возникновением игры в баскетбол. На занятиях необходимо проводить обучение правилам игры, которые потом закреплять на прогулке и в индивидуальной работе с детьми. Также рекомендуется знакомить с разметкой баскетбольной площадки, оборудованием для игры, формировать знания о том, как избежать травм во время игры. В ходе занятий воспитатели могут использовать стихи, загадки, рассказы о мяче, видах спорта и т.д (см. приложения).

 Для родителей следует разработать рекомендации о значении и специфике влияния игр с элементами баскетбола на разностороннее развитие ребёнка - дошкольника. В начале обучения новым двигательным умениям внимание детей направляется на овладение техникой изучаемого движения, а затем – тактикой (действия игроков точные, броски уверенные, во время ведения мяча и передвижения необходима скорость). Большую роль при этом играют подводящие, тренировочные и пробные игры. Упражнения в ведении мяча дети должны выполнять как правой, так и левой рукой и применять несколько способов (по прямой, со сменой направления, при противодействии другого игрока). Обучение технике проводится постепенно путём усложнения условий движения. Например, начинать обучение ведению мяча лучше с ведения по прямой. Скорость при этом будет увеличиваться постепенно. По мере того как дети овладеют этим действием, можно переходить к обучению со сменой направления. Затем, следующий этап – ведение мяча при противодействии другого игрока. Совершенствовать любое новое двигательное умение нужно в игровых упражнениях, подвижных играх, эстафетах, во время проведения спортивных развлечений, праздников и в самой игре баскетбол. Проводя игру в баскетбол на спортивной площадке, следует обратить внимание на погодные условия, одежду (должна быть облегчённой и не стеснять движения детей), спортивную обувь. С детьми старшего дошкольного возраста проводится упрощённый вариант игры в баскетбол (на площадке меньших размеров, с меньшим количеством игроков - 5). Здесь не применяются правила игры большого баскетбола. Воспитатель может выступать в роли судьи и может сам оговаривать некоторые правила. Игра продолжается 20 минут, два тайма по 10 минут с пятиминутным перерывом между ними. В конце игры проводится малоподвижная игра (продолжительность 3-5 минут) с целью приведения организма ребёнка в более спокойное состояние после физической нагрузки.

 При систематическом планировании и проведении занятий 1 раз в неделю предложенная система даёт положительные результаты. Поэтому занятия с элементами игры в баскетбол могут широко использоваться в старших группах дошкольных учреждений как одна из действенных форм организации физического воспитания детей.

 **Программа обучения детей дошкольного возраста элементам игры в баскетбол предусматривает решение следующих задач:**

* создать представление у детей об игре баскетбол (элементарные теоретические знания об истории создания игры, правилах игры и правилах поведения игроков, технике безопасности, разметке баскетбольной площадки);
* сформировать умения и навыки техники работы с мячом для игры в баскетбол (навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации) в процессе еженедельных занятий с детьми старшего дошкольного возраста;
* формировать умение выбирать наиболее целесообразные способы работы с мячом в зависимости от сложившейся ситуации в игре;
* развивать умение ориентироваться на площадке, играть коллективно, подчинять собственные желания интересам команды;
* закрепить умения и навыки владения техникой работы с мячом для игры в баскетбол в игровой деятельности, на прогулке;
* вызвать интерес к игре баскетбол и желание играть в повседневной жизни.

Реализация названных задач проходит в форме специально разработанной системы по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам баскетбола и предполагает использование разных форм и видов физкультурно-оздоровительной работы.

Перечислим их: перспективное планирование по введению новых элементов баскетбола, календарное планирование по обучению элементам баскетбола, конспекты занятий по обучению элементам баскетбола, технологическая карта по развитию двигательных умений и навыков в процессе обучения элементам баскетбола, подвижные игры и упражнения с элементами баскетбола, тематические беседы по вопросам элементарных знаний о баскетболе, чтение литературных произведений и дидактические игры, рекомендации для воспитателей и родителей. Занятия по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам баскетбола целесообразно проводить один раз в неделю, начиная с октября месяца. Повтор и закрепление осуществлять в отработке отдельных видов упражнений и техники, которые отрабатываются на других занятиях физкультурой, в игровой деятельности на прогулке, в виде подвижных игр с элементами баскетбола, в индивидуальной работе с детьми.

Система по обучению детей дошкольного возраста элементам игры баскетбол;

* Картотека подвижных игр и упражнений с элементами баскетбола;
* Тематические беседы по вопросам теории элементарных знаний о баскетболе;
* Рекомендации для воспитателей Рекомендации для родителей;
* Диагностика изучения уровня владения техникой работы с мячом;
* Методические рекомендации Пособия и оборудование;
* Конспекты занятий по обучению элементам баскетбола;
* Технологическая карта по развитию двигательных навыков и умений в процессе обучения;
* Чтение литературных произведений Дидактические игры;
* Календарное планирование по обучению элементам баскетбола;

2.2. Диагностика изучения уровня владения техникой работы с мячом для игры в баскетбол детей дошкольного возраста

 В начале и в конце учебного года целесообразно провести изучение уровня владения техникой работы с мячом для игры в баскетбол. Для этого нами разработана диагностика уровней владения техникой работы с мячом для игры в баскетбол.

**Уровни владения техникой работы с мячом для игры в баскетбол детей дошкольного возраста**

 Диагностика содержит пять критериев:

 - умение передачи мяча;

 - умение вести мяч;

 - умение бросать мяч в кольцо;

 - техника передвижения;

 - элементарные теоретические знания об игре баскетбол.

 Каждый критерий имеет несколько показателей и три уровня овладения детьми соответствующими умениями и знаниями (таблица 2.1.). Таблица 2.1

**Критерии и показатели овладения элементами игры в баскетбол у детей дошкольного возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| **Критерии** |  **Показатели 1.** |
| 1.Умение передачи мяча | - передача мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте.- передача мяча одной рукой от плеча.- передача мяча двумя руками, передвигаясь вперёд боковым галопом.- передача мяча двумя руками с отскоком о землю. |
|  2.Умение ведения мяча  | - отбивание мяча на месте поочерёдно правой и левой рукой.- ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя.- ведение мяча правой и левой рукой с продвижением по прямой.- со сменой направления.- ведение мяча при противодействии другого игрока. |
| 3. Умение бросать мяч в кольцо | - бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча- бросок мяча в кольцо двумя руками, от груди- бросок мяча в кольцо после ведения с фиксацией остановки |
| 4. Техника передвижения  | - стойка баскетболиста.- повороты вокруг себя.- остановка в два шага.- движение приставным шагом. |
| 5. Элементарные теоретические знания об игре баскетбол | - из истории баскетбола.- знания правил игры.- знания как избежать травм.- разметка баскетбольной площадки.  |

**Уровни и уровневые показатели овладения дошкольниками элементами игры в баскетбол**

**Высокий уровень**:

 - уверенно, точно, разными способами бросает мяч в кольцо;

 - технично правильно выполняет передачи, ведение, передвижение с мячом;

 -знает элементарные факты из истории баскетбола, упрощённые правила, владеет доступными современными сведениями про игру;

 - понимает, как избежать травм.

**Средний уровень:**

 - технично правильно выполняет большинство упражнений, но допускает ошибки, иногда замечает собственные ошибки;

- в некоторых упражнениях не совсем точно и уверенно выполняет действия с мячом;

 - частично владеет элементарной теоретической информацией о баскетболе

**Низкий уровень:**

 - неуверенно выполняет упражнения с мячом, не замечает своих ошибок;

 - упражнения выполняет с техническими ошибками (техника и качество выполнения не соответствуют предложенным заданиям);

 - почти не владеет элементарной информацией об игре, путает её с другими видами спорта.

2. 3. Перспективное планирование работы по обучению элементам баскетбола на учебный год

Перспективный план раскрывает основные разделы и задачи работы по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам баскетбола и включает этапы овладения техникой:

- техника передвижения;

- техника владения мячом;

- техника передачи мяча;

 - техника ведения мяча;

- техника броска мяча в корзину.

**План-график распределения программного материала по обучению детей дошкольного возраста элементам баскетбола**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Физические движения | Месяц | Сентябрь | Октябрь | Ноябрь |
| Неделя | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Техника передвижения** | Стойка баскетбалиста | \* | \* |  |  |  |  |  | \* | \* |  |  |  |
| Остановка в два шага |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Повороты вокруг себя |  |  | \* | \* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Перемещение приставным шагом  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |  |
| **Техника владения мячом** | Ловля мяча двумя руками |  |  |  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |
| Одной рукой  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |
| В движении  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |
| На месте  |  |  |  |  |  | \* |  | \* |  |  |  |  |
| **Техника передачи мяча** | Двумя руками с отскоком о землю |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* |  | \* |
| Одной рукой от плеча  |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* |  |  |
| Двумя руками из-за головы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* |
| Двумя руками от головы |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* | \* |
| Двумя руками передвигаясь боковым галопом |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* |
| **Техника удержания мяча** | Двумя руками |  |  |  | \* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Одной рукой |  |  |  |  | \* |  |  | \* |  |  |  |  |
| Во время ходьбы  |  |  |  |  | \* |  |  |  | \* | \* |  |  |
| Во время бега |  |  |  |  | \* |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Физические движения | Месяц | Декабрь  | Январь | Февраль |
| Неделя | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Техника ведения мяча**  | Отбивание мяча на месте левой и правой рукой | \* |  |  | \* |  | \* |  |  |  |  |  |  |
| С продвижением по прямой правой и левой рукой |  | \* | \* | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |
| Со сменой направления |  | \* | \* | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |
| Вокруг себя правой и левой рукой | \* |  |  | \* |  | \* |  |  |  |  |  |  |
| Ведение мяча при противодействи и другого игрока |  | \* | \* | \* |  | \* |  |  |  |  |  |  |
| **Техника бросков мяча в кольцо** | Свободным способом |  |  |  |  |  |  | \* | \* |  |  |  |  |
| Двумя руками от груди  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* |  | \* |  |
| Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* | \* |
| После ведения с фиксацией остановки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \* | \* |
| **Физические движения**  | Месяц | Март | Апрель | Май |
| Неделя | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Техника защиты** | Пассивная техника защиты | \* | \* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Активная техника защиты  | \* | \* |  | \* |  |  |  |  |  |  | \* | \* |
| **Техника овладения мячом** | Способ вырывания |  |  |  | \* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Способ выбивания |  |  |  |  | \* |  |  | \* |  |  |  |  |
| Техника нападения |  |  |  |  | \* |  |  |  | \* | \* |  |  |
| **Игровые упражнения** | Эстафеты в парах |  | \* | \* | \* |  |  |  | \* |  |  | \* |  |
| Эстафеты в тройках |  |  |  | \* |  | \* |  |  |  |  |  |  |
| Правила игры в баскетбол |  |  | \* | \* |  |  |  |  |  | \* |  | \* |
| Выполнение игровых действий  |  |  | \* | \* |  |  |  | \* |  |  |  |  |
| Командная игра |  |  | \* | \* |  |  |  | \* |  | \* |  |  |

**Перспективное планирование работы по обучению детей дошкольного возраста элементам баскетбола**

В плане отражено распределение подвижных игр с элементами баскетбола на занятиях

Сентябрь

 Техника передвижения

I неделя

1 занятие Вводно - ознакомит.

Общее ознакомление с историей баскетбола: рассказ как зародилась игра, кто её основал, каким было первое оборудование. Рассматривание иллюстраций. Техника безопасности: как избежать травм.

2 занятие Техника передвижения: основная стойка баскетболиста. Игра «Ловишки с мячом».

II неделя

3 занятие Техника передвижения: движение по площадке приставным шагом, повороты; стойка баскетболиста. Игра « Играй, играй мяч не теряй».

4 занятие Основная стойка баскетболиста. Техника передвижения: остановка в два шага, приставной шаг. Игра «Мяч капитану».

III неделя

5 занятие Упражнения в беге; упражнения для ног. Техника передвижения: остановка в два шага; повороты. Игра «Играй, играй мяч не теряй».

6 занятие Техника передвижения приставным шагом, спиной вперёд. Эстафета «Кто быстрее». Игра «Мяч капитану».

IV неделя

 7 занятие Упражнения в беге; упражнения для ног. Итоговое занятие по технике передвижения (усложнение поворотов).

Игра 8 занятие Техника удержания мяча двумя руками. Закрепление техники передвижения, основной стойки баскетболиста. Игра «День-ночь».

Октябрь

 Техника удержания и владения мячом

I неделя

1 занятие Техника передвижения приставным шагом. Техника удержания мяча одной рукой. Игра «Играй, играй, но мяч не потеряй».

2 занятие Техника удержания мяча одной рукой во время бега и ходьбы. Игра «День – ночь».

II неделя

3 занятие Техника владения мячом: 1 фаза- ловля меча двумя руками стоя на месте. Игра «Ведём мяч по кругу».

 4 занятие Техника владения мячом: 2 фаза - ловить мяч двумя руками в движении. Игра «Вызов номеров».

III неделя

5 занятие Техника владения мячом: 1 и 2 фаза. Игра «Мяч ведущему».

6 занятие Техника владения мячом: ловить мяч стоя на месте одной рукой. Игра « Ловишки с мячом».

IV неделя

7 занятие Техника владения мячом: закрепление ловли мяча двумя руками на месте, одной рукой на месте, двумя руками в движении. Игра «Мяч соседу».

 8 занятие Итоговое занятие по технике владения мячом.

Ноябрь

 Техника передачи мяча

I неделя

1 занятие Упражнения в ходьбе. Усовершенствование основной стойки баскетболиста. Техника удержания мяча при ходьбе. Техника передачи мяча двумя руками от груди. Эстафета «10 передач». Игра «Мяч среднему».

2 занятие Техника передачи мяча двумя руками от груди возле стенки. Игра «Обгони мяч».

II неделя

3 занятие Техника передачи двумя руками от груди в парах на месте. Эстафета «Быстрая передача» Игра «Мяч среднему».

4 занятие Техника передачи мяча двумя руками от груди в движении. Игра «За мячом».

III неделя

5 занятие Техника передачи мяча двумя руками из-за головы возле стенки. Игра « 10 передач».

6 занятие Техника передачи мяча двумя руками из-за головы в парах; двумя руками с отскоком о землю. Игра «Мяч по кругу».

IV неделя

7 занятие Техника передачи мяча двумя руками снизу. Игра «Мяч капитану».

8 занятие Закрепление техники передачи и ловли мяча на месте, во время движения в парах. Игра «Успей поймать».

Декабрь

 Техника ведения мяча

I неделя

1 занятие Знакомство с техникой ведения мяча.

2 занятие Отбивание мяча на месте поочерёдно правой и левой рукой. Игра «Кто быстрее».

II неделя

3 занятие Техника ведения мяча правой и левой рукой с продвижением вперёд по прямой. Эстафета «Кто быстрее»- ведение мяча. Игра «Парный мяч».

4 занятие Техника ведения мяча правой и левой рукой вокруг себя. Игра «Мотоциклисты».

III неделя

5 занятие Техника ведения мяча со сменой направления. Игра «Вызов номеров».

6 занятие Ведение мяча при противодействии другого игрока. Игра «Мотоциклисты».

IV неделя

7 занятие Упражнения в беге; упражнения для рук. Закрепление техники ведения мяча правой и левой рукой с продвижением вперёд, вокруг себя, со сменой направления Игра «Парный мяч».

8 занятие Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча при противодействии другого игрока. Эстафеты с ведением мяча.

Январь

 Техника ведения мяча Техника броска мяча в корзину

I неделя

1 занятие Техника ведения мяча с передачей и ловлей, бросание об стенку. Эстафета с ведением мяча, передачей, ловлей.

2 занятие Техника ведения мяча с передачей и ловлей во время движения. Игра «Мяч ловцу».

II неделя

3 занятие Итоговое занятие по технике ведения мяча во время ходьбы, бега со сменой направления. Эстафета «Быстрая передача».

4 занятие Знакомство с техникой бросков мяча в корзину (рассказ, показ инструктора). Игра «Мяч ближнему».

III неделя

5 занятие Броски мяча свободным способом. Игра «Пять бросков в обруч».

6 занятие Техника броска мяча в корзину двумя руками от груди. Игра « Перекинь через сетку».

IV неделя

7 занятие Техника броска мяча в корзину одной рукой от плеча. Игра «Кто лучше».

8 занятие Техника броска мяча в корзину двумя руками от груди. Игра «Робин Гуд».

Февраль

 Техника броска мяча в корзину Техника защиты

I неделя

1 занятие Техника бросков мяча в кольцо в движении с фиксацией остановки. Игра «Кто больше забросит».

2 занятие Техника бросков мяча в корзину после двойного шага. Игра «Мяч в корзину».

II неделя

3 занятие Техника бросков мяча в корзину с места после двойного шага. Игра «Чья команда больше».

4 занятие Итоговое занятие.

III неделя

5 занятие Техника бросков мяча в корзину одной рукой от плеча. Игра «Меткий стрелок».

6 занятие Итоговое занятие по технике владения, ведения, ловли мяча и бросков мяча в корзину разными способами. Игры «Подвижная цель», «Чья команда лучше»

IV неделя

7 занятие Ознакомление с техникой защиты.

8 занятие Техника пассивной защиты. Игра «Защита крепости»

Март

Техника защиты. Техника завладения мячом Правила игры. Командная игра.

I неделя

1 занятие Техника пассивной защиты. Игра «Защита крепости».

2 занятие Совершенствование техники пассивной защиты. Техника активной защиты. Эстафета. Игра «Мотоциклисты». Перехват мяча при передаче. Игра «Мяч капитану».

II неделя

3 занятие Знакомство с техникой завладения мячом. Игра «Схвати – отдай». Техника завладения мячом способом выбивания. Игра «Кто первый».

4 занятие Знакомство с правилами игры в баскетбол. Игра «Мяч капитану».

III неделя

5 занятие Пробные групповые и командные игры

 6 занятие Мини-игра в баскетбол по правилам (групповые действия). Мини-игра в баскетбол по правилам – командная игра.

IV неделя

7 занятие Игра в командах. Закрепление техники командной игры.

8 занятие Игра в командах. Закрепление техники командной игры.

Апрель

Техника защиты. Техника завладения мячом Правила игры. Командная игра.

I неделя

1 занятие Техника пассивной защиты. Игра «Защита крепости».

2 занятие Совершенствование техники пассивной защиты. Техника активной защиты. Эстафета. Игра «Мотоциклисты». Перехват мяча при передаче. Игра «Мяч капитану».

II неделя

3 занятие Знакомство с техникой завладения мячом. Игра «Схвати – отдай». Техника завладения мячом способом выбивания. Игра «Кто первый».

4 занятие Знакомство с правилами игры в баскетбол. Игра «Мяч капитану».

III неделя

5 занятие Пробные групповые и командные игры

 6 занятие Мини-игра в баскетбол по правилам (групповые действия). Мини-игра в баскетбол по правилам – командная игра.

IV неделя

7 занятие Игра в командах. Закрепление техники командной игры.

8 занятие Игра в командах. Закрепление техники командной игры.

Май

 Техника броска мяча в корзину Техника защиты

I неделя

1 занятие Техника бросков мяча в кольцо в движении с фиксацией остановки. Игра «Кто больше забросит».

2 занятие Техника бросков мяча в корзину после двойного шага. Игра «Мяч в корзину».

II неделя

3 занятие Техника бросков мяча в корзину с места после двойного шага. Игра «Чья команда больше».

4 занятие Итоговое занятие.

III неделя

5 занятие Техника бросков мяча в корзину одной рукой от плеча. Игра «Меткий стрелок».

6 занятие Итоговое занятие по технике владения, ведения, ловли мяча и бросков мяча в корзину разными способами. Игры «Подвижная цель», «Чья команда лучше»

IV неделя

7 занятие Ознакомление с техникой защиты.

8 занятие Техника пассивной защиты. Игра «Защита крепости»

2.4. Примерные конспекты занятий по обучению элементам игры в баскетбол детей дошкольного возраста Физкультурные занятия с использованием элементов игры в баскетбол относятся к тематическим или занятиям с акцентом на определённый вид программного материала и проводятся один раз в неделю. По дидактической цели занятия подразделяются согласно логике дидактического процесса.

- занятия по ознакомлению с новым материалом;

- занятия на усвоение нового материала;

- занятия на повторение и закрепление материала;

- смешанные занятия, на которых решаются разные дидактические задачи;

- занятия на совершенствование приобретённых навыков, дают возможность использовать разные варианты уже усвоенных двигательных действий;

- тренировочные занятия, которые содержат большое количество соревновательных упражнений и игр с мячом, а также непосредственно игру в баскетбол по упрощённым правилам.

 Занятия строятся с учетом постепенного нарастания, а затем снижения физической нагрузки, чем и обусловлено содержание упражнений и игр с мячом, последовательность их распределения, а также методика проведения. Каждое занятие состоит из трёх частей:

* подготовительная часть – дети строятся в шеренгу, объясняется содержание занятия, проводятся разные виды ходьбы и бега, а также – упражнения на ориентировку в пространстве и внимание. Комплекс общеразвивающих упражнений упражнения для рук и ног выполняется с целью разогрева и подготовки для дальнейшей работы определенных групп мышц (в частности, мышц рук и плечевого пояса, мышц ног). Дети выполняют упражнения на месте (после перестроения) или в движении (во время ходьбы и бега в свободном темпе);
* основная часть – направлена на освоение элементов техники баскетбола. Организовывается разучивание, закрепление, совершенствование подготовительных упражнений с элементами баскетбола: ведение мяча, передача мяча друг другу разными способами, броски мяча в корзину, игровые упражнения и игры с мячом. Если дети были готовы к совместной игре, то основная часть проходила в виде игры;
* заключительная часть – используется бег в свободном темпе, совместная ходьба с упражнениями на дыхание или игры малой подвижности. Каждая игра разучивается с детьми, закрепляется и совершенствуется. Подвижные игры включают упражнения с мячом, которые разучиваются детьми на занятии. Подвижные игры подбирают таким образом, чтобы они способствовали активной двигательной деятельности детей. Физическая нагрузка в игре регулируется расстоянием для пробежек, числом повторений, продолжительностью остановок в игре. В конце занятия подводится итог.

Общая продолжительность занятия младшие группы 15 мин, средние группы 20 мин, старшие группы 25 мин и подготовительные группы 30 минут. Постепенное усложнение достигается систематическим включением в занятия:

- упражнений на месте, затем в движении, с дополнительными заданиями, при противодействии другого игрока, в сочетании разных действий с мячом и без мяча;

- в играх – усложняя действия с мячом и взаимодействия игроков между собой. Подвижные игры с элементами баскетбола можно включать в разные формы работы с детьми: в физкультурные паузы между занятиями, на прогулке, в самостоятельной двигательной деятельности детей.

2.6. Технологическая карта развития двигательных умений и навыков дошкольников в процессе обучения элементам баскетбола

 Двигательные навыки в соответствии с этапами овладения детьми элементов спортивной игры баскетбол, совершенствуются и закрепляются в других занятиях физической культурой и на прогулке. Повтор и закрепление рекомендуется проводить в виде подвижных игр с элементами баскетбола и в отдельных видах упражнений. Нами разработана технологическая карта (таблица 2.3) по развитию двигательных умений и навыков дошкольников в процессе обучения подвижным играм с элементами баскетбола. Она представляет собой систему поэтапного освоения детьми элементов баскетбола и включает:

1. Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча. Упражнения и игры с передачей мяча.

2. Упражнения, подготавливающие к ведению мяча. Упражнения и игры с ведением мяча.

3. Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину.

Упражнения и игры с бросками мяча в корзину.

 Каждый вид упражнений и игр предусматривает:

 первоначальное обучение действиям;

 углублённое разучивание;

 совершенствование и закрепление навыков.

Подвижные игры с элементами баскетбола для детей дошкольного возраста

**Игры с передачей, ловлей мяча**

«10 передач» Цель. Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения. Ход игры. Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча. Варианты. 1. Пара, уронившая мяч, выходит из игры. Выигрывают те дети, которые дольше удерживают мяч. 2. Выигрывают те пары, которые быстрее сделают 10 передач, не роняя мяч на землю. Методические указания. Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.

«Мяч водящему» Цель. Учить детей передавать мяч двумя руками от груди и ловить его, развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей. Ход игры. Дети делятся на несколько групп, образуют круги. В центре каждого круга – водящий с мячом. По сигналу водящие поочерёдно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдёт всех игроков круга, водящий поднимает его вверх. Побеждает команда меньшее число уронившая мяч. Варианты: побеждает команда, быстрее всех закончившая и не уронившая мяч.

«Мяч соседу!» Играют на площадке или в зале. Для игры требуется 2 волейбольных мяча. Участники становятся в круг, мячи находятся на противоположных сторонах круга. По сигналу руководителя игроки начинают передавать мяч в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Участник, у которого одновременно окажутся оба мяча, проигрывает. Затем мячи передаются на противоположные стороны, и игра продолжается. После игры отмечаются участники, которые хорошо передавали мяч. Игрок, уронивший мяч, должен его взять, встать на свое место и продолжить игру. Во время передачи мяча нельзя пропускать игроков.

«Поймай мяч» Цель. Учить детей передавать мяч одной рукой от плеча, воспитывать умение приходить на помощь товарищу. Ход игры. Дети делятся по три. Двое из них становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч друг другу. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если ему это удаётся, он меняется местами с тем, у кого он забрал мяч.

Методические указания. Дети, передающие мяч перед броском его товарищу, могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросить его вверх.

«Займи свободный кружок» Цель. Учить детей передавать и ловить мяч, развивать ориентировку на площадке, воспитывать уважение к товарищам по игре. Ход игры. Все дети, кроме водящего, становятся в кружки (50см), начерченные на земле в разных местах на расстоянии 1,5 – 2м друг от друга. Находящиеся в кружках, перебрасывают мяч друг другу. Водящий, находясь между кругами, старается поймать мяч на лету или хотя бы коснуться его рукой. Тогда звучит свисток. По сигналу игроки, стоящие в кругу меняются местами, а водящий старается занять один из кругов. Кто не успеет занять круг, становится водящим. Побеждают те дети, которые ни разу не были водящими.

«Обгони мяч» Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой. Ход игры. Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала воспитателя водящие отдают мяч игроку, стоящему справа от них, а сами бегут влево, обегают круг и становятся на свое место. Получившие мяч, передают следующим справа и т. д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

«Подвижная цель» Цель. Учить детей передавать, ловить мяч, согласовывать свои действия с действиями других игроков, воспитывать уважение к товарищам по игре.

Ход игры. Дети делятся на несколько групп, которые образуют круг. В центре каждого кружка - водящий. У одного из игроков - мяч. Стоящие в круге перебрасывают друг другу мяч, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а водящий встаёт в круг. Варианты. Бросать мяч в водящего можно только после передачи (или двух, трёх передач мяча) друг другу. Методические указания. Мяч бросать только в ноги водящего.

«За мячом» Цель. Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умения ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой. Ход игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна против другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. После сигнала водящий передает мяч стоящему напротив в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мечом. Поймавший тоже передает мяч стоящему напротив и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернутся на свои места, а мячи не окажутся у водящих. Методические указания. Дети быстрее поймут, куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигать вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросали мяч.

**Игры для обучения ведению мяча**

«Ловец с мячом» Цель. Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать честность и справедливость. Ход игры. Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удается, то тот, кого он задел становится водящим, а водящий игроком. Методические указания. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, а в дальнейшем – ребенок, свободно управляющий мячом.

 «Мотоциклисты» Цель. Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать честность и справедливость. Ход игры. На площадке очерчивается улица шириной 2-3 метра и длиной 4-5 м. Все дети - мотоциклисты. Они свободно ведут мяч по площадке. Посередине улицы стоит регулировщик. Он зеленым и красным флажком регулирует движение на улице. Если регулировщик показывает красный флажок, мотоциклист, доехавший до улицы, останавливается, но мотор не выключает - он ведет мяч на месте. Если регулировщик поднимает зеленый флажок, мотоциклисты могут проехать улицу без остановки - провести мяч бегом. Движение по улице проходит в одном направлении. Примечания: Во время игры обращать внимание на ведения мяча на месте и в движении, приучать детей видеть площадку. Через определенное время подавать сигнал для того, чтобы дети меняли руки.

«Вызов номеров» Цель. Учить вести мяч, быстро реагировать на сигналы, воспитывать ответственность перед командой. Ход игры. Дети делятся на команды по 4-5 человек. В команде рассчитываются по номерам и становятся в колонну друг за другом. Перед каждой колонной выставляют 5-6 кегель на расстоянии 1-2м одна от другой. Воспитатель называет номера (не по порядку). Вызванные дети начинают вести мяч, обводя булавы «змейкой» туда и обратно. Выигрывает команда, уронившая меньше кегель и быстрее закончившая игру. Эстафета с ведением мяча Играющие в двух – трех колоннах выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч до отмеченного места, останавливаются, бросают мяч в стену и ловят (вращают его вокруг себя; переводят с ведением мяч под ногой; и т.д.) С ведением возвращаются в конец колонны и прокатывают мяч первому под ногами всех участников. Следующие все повторяют. Команда, закончившая первой, побеждает.

Игры с бросками мяча в корзину «Пять бросков» Цель. Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений, воспитывать честность и справедливость. Ход игры. Дети располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины. По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом. Примечание: По ходу игры учить детей бросать мяч в корзину способом — броски двумя руками от груди.

«Метко в кольцо» Цель. Учить броску мяча от груди и ведению мяча. Ход игры. Дети распределяются на площадке и становятся в середине ее на указанное место. У одних в руках мяч, и они по сигналу воспитателя ведут мяч к щиту, останавливаются и бросают двумя руками от груди, ловят мяч и передают его следующему игроку по команде. Побеждает команда, забившая больше мячей. Примечание: Во время игры учить сочетать ведение, остановку и броски мяча в корзину, воспитывать ответственность и выдержку. Игры с ловлей, передачей и ведением мяча «Мяч капитану» Цель. Учить применять в игре разнообразные движения с мячом, согласовывать свои действия с действиями партнера. Ход игры. Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке. Дети бросают мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану. Методические указания. Мяч можно вести, передавать товарищу по игре, нельзя бежать с ним.

«Борьба за мяч» Цель. Учить использовать изученные приёмы, сочетать свои действия с действиями других игроков команды, воспитывать чувство коллектива. Ход игры. Дети делятся на две команды. Каждая команда выбирает капитана. Воспитатель в центре делает выброс, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игроки, у которых мяч передают его друг другу, а противники стараются его перехватить. Команда, сделавшая 5 передач, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Методические указания. Запрещается бежать с мячом, толкаться.

«Играй, играй мяч не теряй» Цель. Учить детей слушать сигнал, формировать умение управлять мячом и играть с ним, не мешая товарищу, находить свободное место на площадке. Ход игры. Все дети располагаются на площадке, и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется. Варианты. После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста. Методические указания. Перед игрой воспитатель называет движение с мячом, которые дети могут выполнять.

 Эстафеты Быстрая передача. Игроки стоят в парах. Расстояние между детьми 2 – 3м. По сигналу они начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 10 - 15 передач, выигрывает.

Передал – садись! Играющих выстраивают в две – три колонны. Перед ними на расстоянии 2 –3м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча) первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и убегают в конец колонны. Затем следуют передачи вторым игрокам и т.д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

Мяч среднему. Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его вверх. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрового, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.