

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вологодского муниципального округа  
«Федотовская средняя школа» (дошкольное отделение)

Принята на заседании  
методического (педагогического) совета  
от «31» августа 2023 г.

Протокол № 1

Утверждена  
приказом МБОУ  
ВМО «Федотовская  
средняя школа»  
от 31.08.2023 № 7-ОД-ДО

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ОРАНЖЕВЫЙ МЯЧ»  
(миниbasketбол)**

Срок реализации – 1 год  
Возраст учащихся 6-7 лет

Автор-составитель:  
инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории  
Селиверстова Татьяна Федоровна

Реализует Программу: Селиверстова Т.Ф.

п. Федотово  
2023 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Большое значение для развития дошкольника имеет организация системы дополнительного образования в ДОУ, которое способно обеспечить переход от интересов детей к развитию их способностей. Развитие физической активности каждого ребенка представляется главной задачей современного дополнительного образования и качества образования в целом.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Оранжевый мяч» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, Одобрен Советом Федерации 29 декабря 2012 года), Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации департамент молодёжной политики, воспитания и социальной защиты детей от 11.12.2006 №06-1844), постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (вместе с «СанПиН 2.4.1.3049-13. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...»)) (Зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013 №28564), Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 14.11.2013 №30384, Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», зарегистрированным в Минюсте РФ 26 сентября 2013 г. , регистрационный №30038; Конвенцией ООН о правах ребенка 1989; Декларацией прав ребенка, 1959 г.; Уставом ДОУ.

Реализация дополнительного образования недопустима за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон. Периодичность и продолжительность определена действующей Программой. Работа по дополнительному образованию проводится за рамками основной образовательной программы для воспитанников старшего дошкольного возраста.

Работа по дополнительному образованию осуществляется на основании плана работы на учебный год.

Дополнительное образование в дошкольном образовательном учреждении осуществляется с учетом:

- приоритетного направления ДОУ - физкультурно-спортивное;
- запросов родителей (законных представителей) воспитанников;

- индивидуальных и возрастных особенностей детей.

Для занятий по дополнительному образованию дети отбираются педагогом дополнительного образования с учетом следующих критериев:

1. Мотивация
2. По тесту – количество подбрасываний мяча вверх и ловля 2 руками за 30 секунд.

Предоставление дополнительных образовательных услуг и реализация дополнительных образовательных общеразвивающих программ в МДОУ ВМО «ФЕДОТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА» (Дошкольное отделение) только с согласия родителей (законных представителей).

### **1.1. Направленность программы**

По содержанию является физкультурно-спортивной; по функциональному назначению – специальной; по форме организации – групповой, подгрупповой, индивидуальной; по времени реализации – длительной подготовки.

### **1.2. Новизна Программы**

Особенность программы в том, что она разработана для обучающихся, которые сами стремятся научиться обращаться с мячом. При этом дети имеют разные стартовые способности.

Данная программа - это механизм, который определяет содержание обучения работе с мячом, методы работы педагога дополнительного образования по формированию и развитию умений и навыков, приемы воспитания.

Новизна программы в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование физических навыков обучающихся в последовательности, сопровождающих систему практических занятий.

### **1.3. Актуальность Программы**

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры – влечёт за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. В последнее время психологи и педагоги начальных классов отмечают, что в школу приходят дети с недостаточной усидчивостью, быстрой утомляемостью, низким уровнем сформированности координационных способностей и крупной моторики. Все это следствие того, что больше времени уделялось развитию интеллектуальных навыков(чтению, письму, счету) в ущерб физической подготовке

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо дополнительно заниматься физическим развитие детей.

**Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста** занимают действия с мячом. Одним из первых основных движений у ребенка, замечает Э.Я. Степаненкова считается хватание, схватывание, бросание,

позднее используемые в манипуляциях с мячом- метании и ловле. Именно шар (мяч) является первым средством (даром), связывающим , по мнению Ф. Фребеля, внутренний и внешний мир ребенка.

Роль и значение физических упражнений с мячом в жизни дошкольника изучали в прошлом веке. Содержание, организация и методы обучения бросанию, ловле, метанию разработаны и обоснованы Е.Г.Леви-Гореневской, А.Н.Быковой, Е.Н.Вавиловой и другими.

П.Ф. Лесгафт, подчеркивая значение игры с мячом, указывая на то, что, играя, ребенок выполняет разнообразные манипуляции с мячом( целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками и т.д.), что способствует развитию глазомера и двигательных координационных функций. По данным А. Лоуэна, повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, обеспечивает свободу телодвижения от мышечной брони.

Играм с мячом отведено значительное место и в современных комплексных программах, в том числе парциальных («Играйте на здоровье» Л.Н.Волошиной, «Невская ракетка» А.А.Морозовой)

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют: развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Упражнения с мячом различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы; увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях; усиливают кровообращение; укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник; способствуют выработке хорошей осанки.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

**Проблема:** поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним; дефицит движений у детей дошкольного возраста

**1.4. Педагогическая целесообразность Программы** обусловлена тем, что предложенные в программе формы и методы организации занятий способствуют разностороннему физическому развитию.

Программа – одна из форм организации процесса физического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации, позволяющая системно решать комплекс задач физического образования детей старшего дошкольного возраста.

Организация и деятельность спортивных занятий по данной Программе обеспечивает условия формирования у дошкольников устойчивых мотивов и потребностей в систематических занятиях физическими упражнениями оздоровительной, рекреационной и спортивной направленности, в бережном отношении к своему здоровью, творческом использовании средств физической культуры в организации ЗОЖ. Упражнения и игры с мячом содействуют оптимизации физического развития и физической подготовленности детей, поддерживают необходимый двигательный режим и позволяют открыть для дошкольников огромный и увлекательный мир спорта.

Какие задачи можно решать с помощью физических упражнений с мячом?

Во-первых, формировать и совершенствовать основные виды движений с мячом.

Во-вторых, развивать психофизические качества: ловкость, выносливость, быстроту, силу.

В-третьих, с помощью упражнений с мячом можно формировать элементарные знания: о назначении мяча, пользе упражнений с ним, технике их выполнения.

В-четвёртых, развивать в упражнениях с мячом двигательное творчество, иными словами – двигательную деятельность с элементами творчества.

Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывания его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Эти движения выполняются в постоянно меняющейся обстановке, что способствует формированию у старших дошкольников умений самостоятельно принимать решения о способе выполнения движения в зависимости от условий игры.

Упражнения с мячом различного веса и объёма развивают крупные и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, совершенствуют деятельность центральной нервной системы. Упражнения с мячом являются эффективным средством психокоррекции развития.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для формирования нравственной, волевой и эмоциональной сфер детей. Такие игры воспитывают выдержку, соблюдение норм и правил коллективного взаимодействия. Ребёнку становятся понятными условия успеха командных действий. Необходимость принимать быстрые и разумные игровые решения, правильно их реализовывать в игре способствует воспитанию уверенности в себе, решительности и смелости. В игре ребёнок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности своих действий. Важно и то, что подвижные игры с мячом являются базовой основой, специфическим средством освоения доступных элементов современных спортивных игр.

## 1.5. Цель и задачи

**Целью** программы является: обогащение двигательного опыта детей старшего дошкольного возраста.

В соответствии с целью были определены следующие **задачи**:

### **Образовательные:**

1. Научить детей свободно владеть мячом;
2. Освоение элементов игры «мини-баскетбол»
3. Познакомить дошкольников с историей игры баскетбол;

### **Развивающие:**

4. Развивать у детей координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, умение ориентироваться на площадке (находить удобное место для ведения мяча);

5. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, ловля, ведение мяча, броски в корзину;
6. Вызывать стремление у детей к выражению своих возможностей в процессе выполнения упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям;

**Воспитательные:**

7. Формировать у детей стремление к самопознанию и физическому совершенствованию.
8. Обеспечить просветительно-обучающую работу с родителями (законными представителями) обучающихся по формированию их сознания, понимания здоровья как ценности;
9. Воспитать у детей и их родителей (законных представителей) интерес к соревнованиям как форме максимального проявления физических и психических возможностей;
10. Воспитывать нравственные качества.
11. Развивать коммуникативные навыки (взаимопомощь в совместной деятельности)

## 1.6. Основные принципы Программы

### **Личностно-ориентированные принципы:**

*Принцип адаптивности.* Предполагает создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей дошкольного возраста, реализующей идеи приоритетности самоценного детства, обеспечивающей гуманный подход к развивающейся личности ребёнка.

*Принцип развития.* Основная задача детского сада – это развитие ребёнка – дошкольника, и в первую очередь – целостное развитие его личности и обеспечение готовности личности к дальнейшему развитию.

*Принцип психологической комфортности.* Предполагает психологическую защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.

### **Культурно-ориентированные принципы:**

*Принцип целостности содержания образования.* Представление дошкольника о предметном и социальном мире должно быть единым и целостным.

*Принцип смыслового отношения к миру.* Ребёнок осознаёт, что окружающий его мир – это мир, частью которого он является и который так или иначе переживает и осмысливает для себя.

*Принцип систематичности.* Предполагает наличие единых линий развития и воспитания.

*Принцип ориентировочной функции знаний.* Знание в психологическом смысле не что иное, как ориентировочная основа деятельности, поэтому форма представления знаний должна быть понятной детям и принимаемой ими.

*Принцип овладения культурой.* Обеспечивает способность ребёнка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей.

### **Деятельностно - ориентированные принципы:**

*Принцип обучения деятельности.* Главное – не передача детям готовых знаний, а организация такой детской деятельности, в процессе которой они сами делают «открытия», узнают что-то новое путём решения доступных проблемных задач.

*Принцип опоры на предшествующее (спонтанное) развитие.* Предполагает опору на предшествующее спонтанное (или не управляемое прямо), самостоятельное, «жизненное» развитие ребёнка.

*Креативный принцип.* Необходимо «выращивать» у дошкольников способность переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций.

**1.7. Возраст воспитанников - 6 – 7 лет.**

### **1.8. Сроки реализации**

Данная программа рассчитана на 1 год.

### **1.9. Формы и режим занятий**

#### **Формы проведения:**

Специально организованные занятия (игровые упражнения) групповые, подгрупповые, индивидуальные (по овладению техникой игры с мячом). Цикл включает в себя 24 занятия.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 2 раза в месяц в спортивном зале (с сентября по сентябрь). Продолжительность занятий составляет 25-30 минут. Нагрузка варьируется в зависимости от возраста детей, их физического развития и усвоения ими пройденного материала. 1 раз в год (в мае) проводятся совместные мероприятия с родителями (законными представителями).

## **1.10. Ожидаемый результат**

1. Дети могут владеть мячом на хорошем уровне;
2. Дети познакомятся с историей игры «мини-баскетбол» и с её элементами;
3. У детей улучшатся показатели: координация движений, выносливости, быстроты, ловкости, умения ориентироваться на площадке – находить удобное место для ведения игры;
4. Дети овладеют техническими действиями с мячом: передача мяча двумя руками из-за головы, ловля отскоком от пола, бросок в корзину свободным способом;
5. Дети научатся понимать сущность коллективной игры с мячом.
6. Научатся работать коллективно, безкон

## **Раздел №2 « Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Таблица №2**

#### **2. Требования к педагогическим работникам**

Дополнительное образование детей осуществляется педагогами дошкольного отделения, владеющими содержанием работы по реализуемому направлению и обладающими прикладными умениями и навыками. Возможно привлечение учреждений дополнительного образования для расширения образовательного пространства.

К педагогу дополнительного образования предъявляются требования: педагогическое образование, квалификация, стаж работы.

#### **Функциональные обязанности педагога МБОУ ВМР «Федотовская средняя школа», осуществляющего образовательную деятельность по дополнительной общеобразовательной программе**

Педагог, осуществляющий образовательную деятельность по дополнительной общеобразовательной программе:

1. осуществляет дополнительное образование обучающихся в соответствии с утвержденной программой, развивает их разнообразную творческую деятельность;
2. комплектуется списочный состав обучающихся и принимает меры по сохранению контингента обучающихся в течение срока обучения;
3. обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов обучения исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;
4. проводит занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и гигиены, а также современных информационных технологий;
5. обеспечивает соблюдение прав и свобод обучающихся;
6. выявляет творческие способности обучающихся, способствует их развитию, формированию устойчивых интересов и склонностей;



7. организует разные виды деятельности обучающихся, ориентируясь на их личности, осуществляет развитие мотивации их познавательных интересов, способностей;

8. организует самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую и проектную, включает в образовательный процесс проблемное обучение;

9. обеспечивает и анализирует достижения обучающихся;

10. оценивает эффективность обучения, учитывая овладения умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса;

11. оказывает особую поддержку одаренным и талантливым обучающимся, а также обучающимся, имеющим отклонения в развитии;

12. организует участие обучающихся в мероприятиях (конкурсах, фестивалях, соревнованиях различного уровня и иных мероприятиях, в том числе отчетных);

13. участвует в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающимся в пределах своей компетенции;

14. обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся во время образовательного процесса;

15. обеспечивает при проведении занятий соблюдение правил охраны труда и пожарной безопасности;

16. соблюдает правовые, нравственные и этические нормы, следует требованиям профессиональной этики;

17. уважает честь и достоинство обучающихся и других участников образовательных отношений;

18. развивает у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности, формирует у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;

19. обеспечивает наличие и надлежащее ведение установленной документации.

### **3. Материально-технические условия**

1. Спортивный зал
2. Мячи №3 баскетбольные – 25 штук
3. Мячи резиновые (Д – 20 см) – 4 штуки
4. Мячи резиновые (Д – 16 см) – 20 штук
5. Мячи резиновые (Д – 10 см) – 6 штук
6. Мячи резиновые (Д – 6 см) – 26 штук
7. Мячи теннисные – 30 штук
8. Мяч набивной (1 кг) – 1 штука
9. Секундомер – 1 штука
10. Манишки – 15 штук
11. Ленточки – 25 штук
12. Скакалки – 26 штук
13. Волейбольная сетка – 1 штука
14. Баскетбольное кольцо – 3 штуки
15. Корзины разного размера – 8 штук

- 16.Шнур разной толщины – 30 м  
 17.Свисток – 1 штука  
 18.Обручи пластмассовые разного размера – 30 штук  
 19.Фишки разной высоты – 24 штуки  
 20.Верёвка - 5 м  
 21.Скамейки разной высоты и длины – 4 штуки  
 22.Палки пластмассовые (2 м) – 6 штук.

#### 4. Учебный план

Время проведения	Тематика	Количество занятий			Контроль
		теория	практика	итого	
Сентябрь	- Обследование детей. Беседа «Что можно и чего нельзя в баскетболе». - Знакомство.	0,2	0,8	1	Тестирование, опрос
Октябрь	- Обучение броску вверх и ловля двумя руками на месте. Беседа «Как избежать травматизма». - Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений.	0,2	0,8	1	Диалог, рассказ, показ, практика
Ноябрь	- Выполнять броски и ловлю мяча в движении. Беседа «Как достичь положительного результата в баскетболе». - Отбивание мяча одной рукой на месте.	0,2	0,8	1	Рассказ, показ, опробование, диалог
Декабрь	- Отбивание левой и правой рукой в движении. Беседа «Какие бывают мячи». - Передача мяча друг другу и ловля мяча сидя, стоя.	0,2	0,8	1	Конкурс, работа в парах, опрос
Январь	- Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и	0,2	0,8	1	Презентация, работа в кругу

	сидя. Беседа «Откуда пришёл баскетбол». - Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя, стоя.		1	1	
Февраль	- Броски мяча в корзину. Беседа «Правила игры в баскетбол». - Перебрасывание мяча через сетку.	0,2	0,8	1	Игровые упражнения, игра
Март	- Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками. - Ведение мяча с изменением направления и темпа.		1	1	Игра, эстафеты
Апрель	- Обучение броску в кольцо двумя руками. - Повороты, остановки с мячом по сигналу в игровой ситуации.		1	1	Игра
Май	- Двухсторонняя игра. Тестирование (подведение итогов). - «Приглашаем в гости к нам» (открытое занятие).		1	1	Открытое занятие
Июнь	- Праздник «Мой веселый звонкий мяч» - экскурсия в спортивный комплекс в п.Федотово		1	1	Игры, эстафеты
Июль	- Уличный баскетбол - «Встреча старых друзей» с первоклашками школы		1	1	Пробные игры, игры и конкурсы
Август	-« Я желаю играть в мяч!» Мастер-класс для желающих поиграть с мячом - Праздник «Мы – одна команда!»		1	1 24 часа	Работа в группах  Творческие конкурсы и игры с мячом

## **5. Рабочая программа модуля «Знакомство с баскетболом»**

### **5.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа модуля «Знакомство с баскетболом» рассчитана на теоретическую подготовку воспитанников. Теоретическая подготовка занимает не более 1/5 времени, отведённого за одно занятие. Таким образом, за весь годовой курс обучения на теоретическую подготовку отводится не более 2 часов.

Теоретическая подготовка проходит в форме инструктажей, бесед, вопросов к детям.

Содержание бесед варьируется в зависимости от степени подготовленности воспитанников. Проводятся бренинги, викторины, дидактические игры и т.д.

### **5.2. Содержание программы**

#### **Беседа «Что можно и чего нельзя в баскетболе»**

И атакуя, и защищаясь, играй смело, но осторожно.

Следи за тем, чтобы не столкнуться с противником, не толкай его, не бей по рукам. Помни: он твой товарищ.

Играй так, что и ты, и твой противник получили удовольствие от игры. Игрока, который ведёт себя грубо на площадке, удаляют из игры.

Когда мяч у противника, ты – защитник. Что ты можешь сделать? Старайся не пропустить его с мячом к корзине, помешай ему забросить мяч. Если есть возможность, старайся завладеть передаваемым им мячом. Только делай это, не нарушая правил. Ты можешь перехватить, отнять мяч, поймать его или выбить из рук противника, не касаясь, не толкая и не удерживая его. Когда ты – защитник, не задерживай противника, не обхватывай его руками, не ставь подножку бегущему по залу или обходящему тебя противнику. Не толкай противника. Если он бросает мяч в корзину, не ударяй его по рукам.

Если ты не слушаешься советов, судья засчитает тебе ошибку, за которую противник получит право на штрафные броски, или судья передаст мяч противнику, который введет мяч в игру из-за боковой линии. Но и тогда, когда мяч у тебя, когда ты – нападающий, ты можешь совершить ошибку. Поэтому, если ты нападающий, играй смело, но осторожно. Избегай столкновений, касаний с противником. Если ты, бросая мяч в корзину с разбега или ведя его, наскочишь на стоящего защитника, тебе тоже будет засчитана ошибка.

А если игрок проявил преднамеренную грубость, недостойно вел себя на площадке, оскорбил противника, судьёю, он немедленно удаляется с площадки. А противник получит право на два штрафных броска. Удалённого игрока может заменить другой член команды.

Я надеюсь, что ты никогда не допустишь таких нарушений.

## **Беседа «Как избежать травматизма»**

Подготавливая место для игры, нужно осмотреть всё вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы.

Чтобы избежать травматизма:

- не играйте на проезжих дорогах;
- игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;
- обувь должна быть без каблуков, нетяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;
- в осеннее и весеннее время одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;
- учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет.

## **Беседа «Как достичь положительного результата в баскетболе»**

Баскетбол – игра коллективная. Успех в ней зависит от слаженности действий всей команды – эгоистам в баскетболе удача не сопутствует.

«Нужно...умерять всякую хвастливость, воспитывать уважение к силе противника, обращать внимание на организованность, дисциплину в команде. Нужно, наконец, добиваться спокойного отношения к удачам и неудачам...»

Эти слова великого педагога А.С. Макаренко как нельзя лучше отражают суть этой великолепной и увлекательной игры.

- Играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила.
- Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу.
- Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки.

Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.

Помните о законе всех игр: «Один за всех и все за одного».

Ставьте интересы команды выше своих – только тогда вы добьётесь положительного результата.

## **Беседа «Какие бывают мячи»**

Мяч тоже имеет свою историю.

Древние греки в разных играх использовали мячи из кусочков кожи, набитые пухом и шерстью. Другие народы Европы и Азии играли мячами, сделанными из дерева. Свыше 2500 лет назад американские индейцы играли с мячами из «слёз плачущего дерева» - каучуковой смолы. Эти каучуковые мячи считаются «предками» наших резиновых мячей. В баскетболе долгое время использовали мячи из кожи, пока мячи из резины и синтетического материала окончательно не завоевали мир.

Сколько радости принесёт вам мяч! Если вы хотите, чтобы он вас слушался, играйте с ним чаще, бросайте, ведите, передавайте его. Можно играть разными

мячами: и маленькими резиновыми, и мини – баскетбольными. Они такие же, как у настоящих баскетболистов, только чуть – чуть поменьше и полегче.

### **Беседа «Откуда пришел баскетбол»**

«Баскет» в переводе с английского языка означает - корзина, «бол» - мяч.

Я расскажу вам одну историю, старую как сама игра в баскетбол. Играют в неё уже около 100 лет, а как всё начиналось?

Преподаватель одного американского университета хотел придумать новую увлекательную игру в помещении. Он решил, что лучше всего забрасывать мяч в цель, поднятую над головами игроков. Но какой должна быть эта цель?

Сторож университета, увидев озабоченного преподавателя, решил помочь ему. Он привёл его на свой склад и дал ему две корзины из-под персиков. Их прикрепили к рейкам балкона в противоположных концах зала. Так как у корзин было дно, мячи приходилось доставать с помощью лестницы – стремянки.

Баскетбол сразу же завоевал внимание зрителей. Их собиралось великое множество, и, усевшись на балконах, к которым были прикреплены корзины, они сами пытались либо сбить летящий мяч в корзину, либо забросить его туда. Они мешали играть, и корзины пришлось отделить от зрителей щитами, а дно у корзины отрезать.

Такова история возникновения баскетбола.

В России первый матч прошел в Петербурге в 1928 году. С тех пор игра в баскетбол по своей популярности занимает в нашей стране одно из первых мест. В него с большим интересом играют и дети, и взрослые. А сборная команда нашей страны участвует в больших соревнованиях – чемпионатах мира и Олимпийских играх.

### **Беседа «Правила игры в баскетбол для дошкольников»**

#### **Цель игры**

Игра проводится между командами по пять игроков. Цель каждой команды в игре – забросить как можно мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

#### **Участники игры**

Каждая команда состоит из 5 играющих на площадке и нескольких запасных. Один из игроков - капитан. Игроки одной команды должны иметь отличительные знаки, которые одевают на спину и грудь.

#### **Судейство**

Инструктор по физической культуре следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в корзину, разрешает споры.

#### **Время игры**

Игра состоит из двух пятиминутных таймов, между которыми дается пятиминутный перерыв. Инструктор по физической культуре контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (3-4 минуты). С целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

### **Счет игры**

При попадании мяча в корзину команде начисляется два очка. Игра может закончиться победой одной команды или ничьей.

### **Правила проведения игры**

Инструктор по физической культуре может менять игроков во время игры и во время перерыва.

Мяч можно передавать, бросать или вести в любом направлении. Ударять по мячу кулаком или ногой запрещается. Случайное касание мячом ноги не является нарушением. Мяч считается вышедшим из игры, если он коснулся пола, игрока или предмета вне площадки. Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если инструктор по физической культуре сомневается, кто последний коснулся мяча, назначается спорный бросок. Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов, после чего он должен выполнить передачу, бросок или ведение. Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно.

### **Нарушения**

Нарушением называется несоблюдение правил игры, перечисленных выше.

Обычно после нарушения мяч забрасывается в игру игроком противоположной команды. Забрасывание мяча в игру всегда производится из-за боковой линии, против того места на площадке, где было совершено нарушение.

### **Начало игры и розыгрыш спорного броска**

Розыгрыш начального и спорного броска производится в центральном круге при начале каждого периода, при задержке мяча, когда два игрока из противоположных команд держат мяч в одно и то же время, при выходе мяча из игры от одновременного касания игроками обеих команд или когда инструктор по физической культуре сомневается от кого вышел мяч, когда мяч застревает в корзине, когда совершена обоюдная персональная ошибка. При розыгрыше начального и спорного броска инструктор по физической культуре подбрасывает мяч вверх между игроками, и, после того как он достигает наивысшей точки, игроки могут касаться его.

### **Правила поведения**

Во время игры дети должны всегда проявлять корректность. Игроки, которые ведут себя недисциплинированно или грубо, должны быть временно удалены с площадки. Запрещается: тянуть за одежду, за руки, толкаться, подставлять ножку и т. д.

### 5.3. Тематическое планирование

- 1 беседа «Что можно и чего нельзя в баскетболе».
- 2 беседа «Как избежать травматизма».
- 3 беседа «Как достичь положительного результата в баскетболе».
- 4 беседа «Какие бывают мячи».
- 5 беседа «Откуда пришел баскетбол».
- 6 беседа «Правила игры в баскетбол для дошкольников».

### 5.4. Поурочное планирование

#### 1 беседа:

*Задача:* познакомить с правилами поведения в спортивном зале на занятии.

#### 2 беседа:

*Задача:* познакомить с безопасным передвижением по площадке.

#### 3 беседа:

*Задача:* познакомить со способами достижения положительного результата при игре в баскетбол.

#### 4 беседа:

*Задача:* познакомить с разнообразием мячей.

#### 5 беседа:

*Задача:* познакомить с историей возникновения игры в баскетбол.

#### 6 беседа:

*Задача:* познакомить с правилами игры в баскетбол для дошкольников.

## 6. Рабочая программа модуля «Работа с мячом»

### 6.1. Пояснительная записка

Рабочая программа модуля «Работа с мячом» рассчитана на практическую подготовку воспитанников. Практическая подготовка занимает не более 1/8 времени, отведённого за одно занятие. Таким образом, за весь годовой курс обучения на теоретическую подготовку отводится не более 16 часов.

Практическая подготовка проходит в форме упражнений, занятий, подвижных игр с мячом, «Школы мяча», игры в мини-баскетбол.

В зависимости от подготовки воспитанников (первый или второй год обучения) варьируется нагрузка и продолжительность игры.



## **6.2. Содержание программы**

### **Примерные упражнения, подготавливающие к обучению техники передачи – ЛОВЛИ МЯЧА**

1. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его одной и двумя руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками.
4. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
5. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
6. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
7. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
8. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
9. Передача мяча в шеренге и по кругу.
10. Передача мяча двумя и одной рукой друг другу в паре.

### **Упражнения, подготавливающие к ведению мяча**

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.
2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.
4. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.
5. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом.
6. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
7. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
8. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.
9. Ведение мяча вокруг себя.
10. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.

### **Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину**

1. Перебрасывание мяча через сетку натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы.
3. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
4. Бросок мяча в корзину, бросок мяча в корзину стоящую на полу, удобным для детей способом.
5. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

### 6.3. Примерные планы занятий

#### Занятие №1

Задачи. Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.

Пособия. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

*Содержание и методика проведения.*

#### **Первая часть.**

1. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Подбросить мяч вверх и поймать его 5-6 раз подряд.

2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Учить следить за мячом при броске, ловить ладонями. Повторить 8-10 раз.

3. Катание мяча, наклонившись, обеими руками. Упражнение выполняют все дети одновременно 4-6 раз. Напомнить, что при катании следует смотреть вперед, догоняя мяч не мешать товарищу.

**Вторая часть.** Подвижная игра «Играй, играй мяч не теряй». Напомнить детям, какие можно выполнять движения с мячом. Объяснить, что после сигнала необходимо как можно быстрее поймать мяч и держать его свободно, обеими руками на уровне груди, пальцы широко расставлены. Повторить 5-6 раз.

**Третья часть.** Малоподвижная игра «Будь внимателен» (3-4 мин.). Дети становятся в кружок, в середине его ведущий – воспитатель. Он бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные действия, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко. Напомнить детям, как надо принимать мяч.

#### Занятие №2.

Задачи. Учить ловле мяча, формировать навыки бросания мяча, способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости, учить дружно играть.

Пособия. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

*Содержание и методика проведения.*

#### **Первая часть.**

1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском воспитатель проверяет правильно ли дети взяли мяч, и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением.

2. Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращать внимание на технику ловли мяча.

**Вторая часть.** Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 минут). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования.

**Третья часть.** Произвольная игра детей с мячом на площадке. Каждый ребенок имеет мяч. Воспитатель следит, чтобы дети не толкались, играли дружно, поощряет и подсказывает. Помогает некоторым детям индивидуально.

#### Занятие №3.

Задачи. Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче-ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве, учить передачи мяча.

Пособие. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

*Содержание и методика проведения.*

### **Первая часть.**

1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой по 2 минуты. Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз, а не бить по нему, включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку.

2. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой по две минуты.

3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча, направления и скорость ведения.

### **Вторая часть.**

1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 метра. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 минуты).

2. Подвижная игра «За мячом». Следить чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (8 минут).

**Третья часть.** Дети становятся за линию в пять колонн, в двух-трех метрах от которой находятся 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них, любым способом.

## **6.4. Подвижные игры с мячом**

### **«Играй, играй мяч не теряй».**

**Задачи.** Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать физические качества мяча, формировать умения управлять мячом и играть с ним не мешая товарищу, находить свободное место на площадке.

**Описание 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.

## **6.5. Игры с передачей, ловлей мяча**

### **«10 передач»**

**Задачи.** Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения.

**Описание 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.

**Методические указания.** Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.

### **«Обгони мяч»**

**Задачи.** Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

**Описание 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, оббегают 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.

### **«За мячом»**

**Задачи.** Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умения ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.

**Описание 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 напротив стоящему в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мечом. Поймавший тоже передает мяч напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернуться 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.

## **6.7. Игры для обучения ведению мяча**

### **«Ловец с мячом»**

**Задачи.** Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать честность и справедливость.

**Описание игры.** Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удастся, то тот кого он задел становится водящим, а водящий игроком.

**Методические указания.** Вначале роль водящего выполняет воспитатель, а в дальнейшем – ребенок, свободно управляющий мячом.

## **6.8. Игры с бросками мяча в корзину**

### **«Пять бросков»**

**Задачи.** Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений, воспитывать честность и справедливость.

**Описание 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.

## **6.9. Игры с ловлей, передачей и ведением мяча «Мяч капитану»**

Задачи. Учить применять в игре разнообразные движения с мячом, согласовывать свои действия с действиями партнера.

Описание 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.

## **6.10. «Школа мяча»**

1. Вращать мяч пальцами рук на уровне груди к себе.
2. Катать мяч по животу вверх, до подбородка, и вниз до прямых рук.
3. И.П. - мяч положить на тыльную сторону ладони, сверху положить ладонь другой руки. Вращать мяч между ладонями.
4. И.П. – широкая стойка, наклон туловища вперёд. Катать мяч от одной ноги к другой правой и левой рукой.
5. И.П. - тоже, только катаем мяч «по восьмёрке».
6. Также, только катание мяча вокруг ног правой и левой отдельно.
7. Вращать мяч вокруг выставленной вперёд ноги, передавая его с руки на руку в одну, а затем в другую сторону.
8. Вращать мяч, подбрасывая его невысоко вверх.
9. В стойке с выставленной вперёд ногой удерживать мяч двумя руками между ногами. Отпустить мяч, хлопнуть в ладоши перед собой и вновь поймать мяч, не давая ему упасть на пол.
10. Ноги врозь. С силой послать мяч между ног в пол так, чтобы он отскочил назад. Поймать мяч двумя руками за спиной. Обратным движением вернуть мяч в и.п. вперёд.
11. Мяч удерживается двумя руками за спиной на уровне пояса. Подбросить мяч движением кистей так, чтобы он перелетел над головой вперёд. Поймать мяч двумя руками впереди.
12. Подбросить мяч двумя руками над головой. Сделать шаг вперёд и поймать мяч за спиной у пояса.
13. Перебрасывание мяча с руки на руку.
14. Подбросить мяч два раза, поймать одной рукой.
15. Подбросить мяч вверх одной рукой, поймать двумя.
16. Подбросить мяч вверх одной рукой, поймать одной рукой одноименной или разноименной.
17. Подбросить мяч вверх, присесть, встать и поймать его.
18. Подбросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать его двумя руками.
19. Подбросить мяч вверх, сделать как можно больше хлопков, поймать его.

20. Подбросить мяч вверх, сделать хлопок перед собой и за спиной, поймать его.
21. Подбросить и поймать мяч двумя руками или одной рукой, сидя, вытянуть ноги по-турецки.
22. Тоже с хлопками.
23. Отбивать мяч поочередно левой и правой рукой.
24. Ведение мяча с приседанием.
25. Подбросить мяч вверх, хлопнуть по коленям и поймать мяч.
26. Сидя, подбросить мяч вверх, вскочить и поймать его.
27. Ударить мячом об пол, хлопнуть в ладоши и поймать его.

## **7. Этапы обучения элементам баскетбола**

Умение обращаться с мячом (ощущать его свойства и производить с ним движения) – игра «Играй, играй, мяч не теряй».

1. Научит держать мяч двумя руками на уровне груди – стойка баскетболиста.
2. Передвижение по площадке (бег, ходьба с поворотом, остановка).
3. Ловля мяча двумя руками стоя на месте – с выходом навстречу летящему мячу.
4. Передача мяча двумя руками от груди с места и в движении (сопроводить взглядом и руками).
5. Ведение мяча (на два шага – один удар).
6. Броски в кольцо двумя руками от груди.

### **7.1. Игры для обучения ведения мяча**

- «Ловец с мячом»
- «Скажи, какой цвет»
- «Вызов номеров»
- «Ведение парами»
- «Ловишка с мячом»

### **7.2. Игры с бросками в корзину**

- «Чья команда больше?»
- «Пять бросков»
- «Броски в парах»
- «33 очка»
- «Метко в корзину»

### **7.3. Игры с ловлей, передачей и ведением мяча**

- «Мяч ловцу»
- «Борьба за мяч»
- «Мяч капитану»
- «Снайпер»
- «Эстафеты с мячом»

## «Поймай мяч»

- «Догони мяч»
- «С мячом под дугой»
- «Играй, играй, мяч»
- «Не теряй»
- «Сделай фигуру»
- «Вызови по имени»
- «Собачка»
- «10 передач»
- «Перестрелка»
- «Толкни – поймай»
- «Обгони мяч»
- «За мячом»
- «Мяч водящему»
- «Гонка мячей по кругу»
- «Займи свободный круг»
- «Стрела»
- «Будь внимательным»
- «Охота за мячом»

## Тематическое планирование

1. Обследование детей.
2. Знакомство.
3. Обучение броску вверх и ловля двумя руками на месте.
4. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений.
5. Выполнять броски и ловлю мяча в движении.
6. Отбивание мяча одной рукой на месте.
7. Отбивание левой и правой рукой в движении.
8. Передача мяча друг другу и ловля мяча сидя, стоя.
9. Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя.
10. Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя, стоя.
11. Броски мяча в корзину.
12. Перебрасывание мяча через сетку.
13. Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками.
14. Ведение мяча с изменением направления и темпа.
15. Обучение броску в кольцо двумя руками.
16. Повороты, остановки с мячом по сигналу в игровой ситуации.
17. Двухсторонняя игра. Тестирование (подведение итогов).
18. «Приглашаем в гости к нам» (открытое занятие).
19. Праздник «Мой веселый звонкий мяч»
20. Экскурсия в спортивный комплекс п. Федотово
21. « Уличный баскетбол»
22. « Встреча старых друзей»

23. «Я желаю играть в мяч!»

24. «Мы одна команда!»

## Поурочное планирование

### 1 занятие:

**Задача:** провести тест на работу рук с мячом.

**Оборудование:** протокол, секундомер, мячи на всех.

### 2 занятие:

**Задача:** обучение стойке баскетболиста.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся, фишки – 5 штук, манишки – 5 штук, разметка, свисток.

### 3 занятие:

**Задача:** обучение броску вверх и ловля двумя руками на месте.

**Оборудование:** разметка, мячи – один на двух занимающихся, стойки со шнуром, ленточки для всех занимающихся.

### 4 занятие:

**Задача:** упражнения в прокатывании мяча одной и двумя руками из разных положений: стоя, сидя, упражнение на коленях.

**Оборудование:** мячи №3 - один на двух занимающихся, мячи набивные - один на двух занимающихся, мяч Д-20 см для игры.

### 5 занятие:

**Задача:** обучение броскам и ловле мяча в движении двумя руками.

**Оборудование:** мячи резиновые Д-6 см на всех занимающихся, разметка, свисток, шнур толщиной 10 см.

### 6 занятие:

**Задача:** совершенствование отбивания мяча одной рукой (правой левой) на месте.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся, фишки – 3 штуки, волейбольная сетка для игры.

### 7 занятие:

**Задача:** обучение отбиванию мяча левой и правой рукой (по очередности) в движении.

**Оборудование:** разметка, мячи №3 на всех занимающихся, манишки, стойки с резинкой.

### 8 занятие:

**Задача:** упражнение в передаче мяча друг другу двумя руками из-за головы, снизу, от груди, стоя, сидя.

**Оборудование:** мячи один на двух занимающихся, свисток, секундомер.



**9 занятие:**

**Задача:** обучение передаче мяча в разных направлениях из положений стоя и сидя.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся.

**10 занятие:**

**Задача:** перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя, стоя.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся.

**11 занятие:**

**Задача:** упражнение в бросках мяча в корзину двумя руками из-за головы.

**Оборудование:** мяч набивной, корзина пластмассовая, обруч пластмассовый.

**12 занятие:**

**Задача:** упражнение в перебрасывании мяча в корзину через сетку.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся, 3 корзины, сетка волейбольная, разметка, свисток.

**13 занятие:**

**Задача:** обучение броску мяча об стену и ловля его двумя руками от отскока о пол.

**Оборудование:** 3 мяча №3, разметка, свисток, 3 обруча пластмассовых, фишки – 4 штуки.

**14 занятие:**

**Задача:** повторить ведение мяча с изменением направления и темпа.

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся, фишки – 4 штуки, верёвка - 5 м, стойки – 2 штуки.

**15 занятие:**

**Задача:** обучение броску в кольцо двумя руками от груди.

**Оборудование:** баскетбольное кольцо – 3 штуки, фишки – 3 штуки, разметка.

**16 занятие:**

**Задача:** повторить повороты, остановки с мячом по сигналу в игровой ситуации.

**Оборудование:** свисток, разметка, мячи – 2 штуки, манишки на одну команду.

**17 занятие: контрольное**

**Задача:** определить прирост навыков, умений.

**Оборудование:** протокол, секундомер, свисток, разметка, мячи – 2 штуки, манишки на одну команду.

**18 занятие:**

**Задача:** отработать элементы двухсторонней игры,

**Оборудование:** мячи №3 на всех занимающихся, волейбольная сетка, баскетбольные кольца, мяч для игры Д-16, манишка.

### **19 занятие:**

**Задача:** Закрепить навыки ведения мяча, передачу мяча в игровой ситуации

**Оборудование:** Мячи баск №5, фишки 8шт., обручи 8шт., стойки для закрепления обручей.

### **20 занятие:**

**Задача:** Знакомство со спортивными кружками, секциями, популяризация двигательной активности вне дома.

**Оборудование:** Помещение спорткомплекса

### **21 занятие:**

**Задача:** Знакомство с различными видами баскетбола.

**Оборудование:** Баскетбольная площадка у Дома Офицеров, мячи баскетбольные №5, мел, фишки 5шт., свисток, секундомер.

### **22 занятие:**

**Задача:** Учить умению правильно оценивать свои силы, необходимость принимать быстрые и разумные игровые решения.

**Оборудование:** Мячи баскетбольные №5, мячи среднего диаметра 5шт., флажки 5шт., фишки бшт., дуги 3шт.

### **23 занятие:**

**Задача:** Создание благоприятных условий для формирования нравственной, волевой и эмоциональной сфер детей.

**Оборудование:** Мячи баскетбольные №5, мячи диаметром 10см, 5см, рулетка, секундомер, свисток, лента финишная.

### **24 занятие:**

**Задача:** Воспитывать у детей и их родителей ( законных представителей) интерес к соревнованиям, как форме проявления физических и психологических возможностей.

**Оборудование:** Обручи 3шт., ракетки теннисные 3шт., ракетки бадминтонные 3шт., мячи теннисные 3шт., воланчики 3шт., фишки бшт., свисток, гимнастические палки 3шт., награждения (грамоты и медали).

## 8. Методические материалы

### 8.1. Организационно - методические рекомендации

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

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

Основной этап – этап непосредственного обучения игре в баскетбол.

Основная и наиболее эффективная форма обучения дошкольников игре в баскетбол – занятия. Баскетбольные элементы могут быть также включены в программный обучающий материал по физическому воспитанию на протяжении учебного года. Длительность таких занятий составляет 25-30 минут.

Заключительный этап – этап совершенствование технических, элементарных тактических навыков игры в баскетбол, т.е. непосредственно сам баскетбольный матч. Перед каждой игрой необходима разминка, состоящая из упражнений, уже знакомых детям.

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

Основной этап обучения дошкольников игре в баскетбол проводится в форме занятий.

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

Для каждого занятия определяют оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

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

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

Содержание основной части занятия разнообразно. Она начинается с небольшого комплекса ОРУ или подвижной игры. В этой части занятия сочетаются более интенсивные упражнения с менее интенсивными, чем и обеспечивается оптимальный уровень физической и умственной нагрузки на организм старшего дошкольника. Движения подбираются быстрые, энергичные, требующие выносливости, а также повышающие функциональное состояние организма. Комплекс ОРУ можно разучить и выполнять в течении 4-5 занятий, не более. Согласованное выполнение уже разученных и усвоенных движений позволит детскому организму подготовиться к освоению новой нагрузки, а педагогу – наиболее рационально и эффективно распределить их силы при выполнении основных видов движений.

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

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

Продолжительность основной части – до 20 мин.

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

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

## 8.2. Методы и приёмы оценивания

<b>Контроль</b>		
<b>Время проведения</b>	<b>Цель проведения</b>	<b>Формы контроля</b>
<i><b>Начальный или входной контроль</b></i>		
В начале учебного года	Определение уровня физического развития детей, их творческих способностей	Беседа, опрос, тестирование, анкетирование
<i><b>Текущий контроль</b></i>		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольное занятие, эстафеты, конкурсы
<i><b>Промежуточный или рубежный контроль</b></i>		
По окончании изучения темы или раздела. В конце месяца, полугодия	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Конкурс, контрольное занятие, соревнование, тестирование
<i><b>В конце учебного года</b></i>		
В конце учебного года	Определение изменения уровня физического развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее ( в том числе самостоятельное ) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения на будущее.	Соревнование, контрольное занятие, открытое занятие, игра-испытание, тестирование

Оценивание физической подготовленности обучающихся и работа с мячом проводится 2 раза в год (сентябрь, май). Диагностика (итоги работы секции) проводится 1 раз - в мае.

**8.3. Тест по определению уровня усвоения  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
физкультурно-спортивной направленности  
«Оранжевый мяч»**

№	Виды движений	Средний уровень	Высокий уровень
1	Броски мяча в корзину из-за головы	из 5 бросков 3 попадания	из 5 бросков 4 попадания
2	Передача мяча друг другу на расстоянии 2 м - из-за головы - от груди - сверху	не совсем уверенно и точно выполняет, 1-2 потери мяча	техника выполнения правильная, 1-2 потери мяча
3	Бросок мяча в горизонтальную цель на расстоянии 2 м	из 5 бросков 2 попадания	из 5 бросков 3 попадания
4	Отбивание мяча на месте	не менее 3-х раз одной рукой	не менее 5 раз одной рукой
5	Подбрасывание мяча с хлопками на месте	5 раз, 2 раза потеря мяча	5-7 раз, 1 раз потеря мяча
6	Бросок мяча об пол и ловля двумя руками на месте	умеет принимать	техника выполнения правильная

**8.4. Методы оценивания работы с мячом**

*1. Низкий уровень(1 балл)*

- неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом
- не замечает своих ошибок
- не обращает внимания на качество действий с мячом
- не соблюдает заданный темп и ритм с мячом

*2. Средний уровень(2 балла)*

- технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом
- верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки
- не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе

*3. Высокий уровень(3 балла)*

- уверенно, точно, технически правильно в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом
- способен придумать новые варианты действий с мячом.

**9. Диагностика**  
**итоги работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе физкультурно-спортивной направленности**  
**«Оранжевый мяч»**

Методы оценивания работы с мячом те же.

№	Список детей	Передви- жения	Школа мяча	Передачи	Ведение	Бросок мяча	Коллект. действия	Итоговый балл

Итоговый балл

18 баллов и выше – высокий уровень

12 - 18 – средний уровень

6 и ниже – низкий уровень

**10. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Журнал «Воспитатель дошкольного образовательного учреждения» №2, 2008
2. Журнал «Инструктор» №2, 2008
3. Журнал «Инструктор» №1, 2009
4. Журнал «Инструктор» №3, 2009
5. Журнал «Инструктор» №9, 2009
6. Журнал «Инструктор» №1, 2010
7. Журнал «Инструктор» №2, 2010
8. Журнал «Инструктор» №1, 2012
9. Адакявичене Э.И. «Баскетбол для дошкольников» - М.: Просвещение, 1983
10. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Физические упражнения и подвижные игры», М.: издательство НЦЭНАС, 2005
11. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство – пресс», 2008
12. Подольская Е.И. «Физическое развитие детей 2-7 лет» - издательство «Учитель», 2009
13. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - издательство «Детство – пресс», 2009
14. Фатеева Л.П. «300 подвижных игр для младших школьников» - Ярославль: «Академия развития», 1998
15. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство – пресс», 2010
16. Материалы сети Интернет.

Анкета для родителей (законных представителей)

**«Мониторинг заинтересованности родителей (законных представителей) занятиями детей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Оранжевый мяч»)**

**Уважаемые родители!**

Приглашаем Вас принять участие в анкетировании.

1. Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_
2. Группа \_\_\_\_\_
3. Год рождения \_\_\_\_\_
4. Рост папы \_\_\_\_\_
5. Рост мамы \_\_\_\_\_
6. Согласны ли вы, чтобы ваш ребёнок занимался по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Оранжевый мяч» (мини-баскетбол) \_\_\_\_\_
7. Каким видом спорта занимались (занимаются) родители?  
Мама \_\_\_\_\_  
Папа \_\_\_\_\_
8. Подпись родителей \_\_\_\_\_

Спасибо за сотрудничество!

Педагог дополнительного образования

Селиверстова Т.Ф.



Анкета для родителей (законных представителей)

**«Какое место занимают упражнения с мячом в вашей семье?»**

**Уважаемые родители!**

Приглашаем Вас принять участие в анкетировании.

1. Фамилия, имя, отчество, количество детей в семье \_\_\_\_\_
2. Кто из родителей занимается или занимался спортивными играми с мячом?  
(волейбол, баскетбол, гандбол, футбол) \_\_\_\_\_
3. Есть ли в доме мячи? (резиновые (большой, малый), мяч-ёжик, теннисный мяч) \_\_\_\_\_
4. Посещает ли Ваш ребёнок спортивную секцию? Какую? Если нет, то в какую секцию он бы хотел ходить? \_\_\_\_\_
5. Играете ли Вы с ребёнком в мяч? (упражнения с мячом, игры с мячом). Если нет, почему? \_\_\_\_\_
6. Выполняете ли рекомендации по работе с мячом, данные Вашему ребёнку на занятии по дополнительному образованию? Если нет, почему? (не знаете какие рекомендации, нет желания, нет времени, не знаете как выполнить) \_\_\_\_\_
7. Если Вам представится возможность посетить или поучаствовать в играх с мячом, Вы примете участие? \_\_\_\_\_
8. Знаете ли Вы какую роль в физическом развитии ребёнка выполняет игра, а особенно с мячом? (да, нет, хочу знать) \_\_\_\_\_

Спасибо за сотрудничество!

Педагог дополнительного образования

Селиверстова Т.Ф.

Анкета для родителей (законных представителей)

**«Мониторинг удовлетворенности родителей (законных представителей)  
занятиям детей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе физкультурно-спортивной направленности  
«Оранжевый мяч»»**

**Уважаемые родители!**

Просим Вас выразить своё мнение по занятию вашего ребёнка с мячом.

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

1. Группа \_\_\_\_\_

2. Отзыв: понравилось да нет (подчеркнуть правильный ответ)

3. Что именно понравилось? \_\_\_\_\_

4. Ваши пожелания и рекомендации \_\_\_\_\_

---

Спасибо за сотрудничество!

Педагог дополнительного образования

Селиверстова Т.Ф.

## Консультация для родителей

### «БЕРУ МЯЧ С СОБОЙ ПОВСЮДУ»

Нередко пойти погулять с ребёнком для родителей означает посидеть на скамеечке, пока малыш крутится рядом. Между тем прогулка – замечательный повод для общения, каких-то совместных дел, в том числе и физических упражнений. И нужно-то для этого немного: спортивный костюм и мяч.

**Игры с мячом- не только интересное развлечение, они очень полезны ребёнку, так как способствуют развитию координации движений, а это пригодится и при обучении письму, рисованию, конструированию.**

Удовольствие от совместных занятий, мышечной нагрузки, от получившегося броска или удара по мячу- всё это радости детства. Добавьте сюда ещё и гордость за родителей, которые «всё умеют».

Эти упражнения годятся для любителей всех спортивных игр (футбола, волейбола, баскетбола), так как учат ребёнка умению обращаться с мячом, бросать и ловить его в самых разных положениях и разными способами. Упражнения предназначены для занятий с детьми 3 -6 лет. В зависимости от степени физического развития, подготовленности ребёнка и умений родителей, можно подобрать нужные упражнения, их количество, продолжительность занятий, вес и величину мяча. К тому же упражнения можно усложнять или упрощать. Что касается места для занятий, то идеально – это лужайка в парке или лесу, площадка для игр, просто двор.

**Сначала объясните ребёнку суть упражнения, лучше – образно: «руки – ковшиком», «прыгнуть зайчиком» и тому подобное. Хорошо помогает успешно овладеть движением его проговаривание в ходе выполнения: «приседаю – выпрямляюсь – бросаю».**

Дети охотно подражают взрослым, поэтому не ленитесь показывать элементы чаще. Например, вот так подбирают ориентиры: «выше облака», «дальше кустика».

Чтобы приобрести навыки в играх с мячом, требуются многократные упражнения, но, как правило, после 8 – 10 повторений малыш теряет интерес, а без него какое обучение? В этом случае введите «оживляющие элементы»: хлопок в ладоши, поворот, удар мяча об пол, изменение направления или мишени для броска. Если упражнение не понятно, можно выполнить его вместе с ребёнком: «вместе держим – вместе бросим».

Не следует настаивать на выполнении тех упражнений с мячом, которые ребёнку не нравятся. И наоборот – нужно использовать и постепенно усложнять понравившиеся элементы. Не бойтесь перегрузок, но не настаивайте и на продолжении занятий, если ребёнок жалуется на усталость или капризничает. Как можно меньше принуждения, как можно больше удовольствия и радости!

**Запаситесь терпением. Не раздражайтесь при неудачах. Избегайте замечаний: «Какой ты неумейка», «Неуклюжий». Подчёркиваете всё положительное: «Вот сегодня гораздо лучше, чем в прошлый раз...», «Вот здорово у тебя получилось! Давай-ка ещё разок...»**

## Рекомендации для педагогов

### «Использование мяча в работе с детьми дошкольного возраста»

Физическое воспитание – одно из необходимых условий правильного развития детей. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей.

Обычно мяч рассматривают, в основном, как средство для развития физических качеств – ловкости, меткости, силы. Однако возможности этой игрушки далеко не исчерпываются этим. Мяч может способствовать развитию не только физических, но и многих психических способностей. Прежде всего, это общение и способность принимать и отдавать, выпускать и удерживать мяч.

Основная цель – научить ребенка обхватывать и удерживать в руках круглые предметы разного объема (маленький мяч, который он может удерживать в одной руке, или большой надувной, который можно удерживать только двумя руками), осуществлять броски разной дальности и точности.

Мячи бывают разного размера, изготовленные из разных материалов:

- Воздушный шарик;
- Большой надувной мяч;
- Теннисные мячи (диаметром 5-6 см);
- Мячи от пинг-понга;
- Спортивные резиновые мячи (средних размеров диаметром 8-12 см, большие мячи диаметром 18-20 см)
  - Тряпичные мячи;
  - Ватные мячи;
  - Клубки из ниток;
  - Старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг.

Мяч как основной, наиболее удобный для бросания и метания предмет должен постоянно находиться в свободном распоряжении детей.

Действие с мячом занимают большое место в работе по физической культуре, используются всеми детьми в самостоятельных играх и упражнениях. Бросание и ловля, метание укрепляют мышцы плечевого пояса, туловища, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткость. Они требуют также хорошей координации движений. Игры с мячом развивают ловкость, ритмичность и точность в движении.

Воспитатель показывает, что с мячом можно выполнять разнообразные действия, помогает детям приобрести собственный двигательный опыт, умение обращаться с мячом: держать его в двух или одной руке, обхватывая пальцами, отталкивать, катать, бросать. После многочисленных упражнений появляется своеобразное «чувство мяча».

Мячи должны быть разных размеров – от маленьких (резиновых и теннисных) до больших надувных. Упражнения с ними приучают детей без лишнего напряжения владеть разным хватом мяча: маленький мяч плотно обхватывать пальцами одной руки, в действиях с большим мячом пальцы обеих рук расставляются по шире.

Сам воспитатель должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо выполнять упражнение.