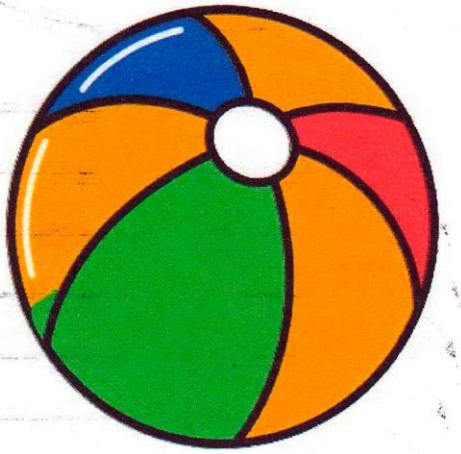
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 25 «РЯБИНКА»
МАДОУ № 25

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом МАДОУ № 25
Протокол № 2 от
«31» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ № 25
_____ Л.Ю.Балаева
«31» августа 2022 г.

Рабочая программа
«ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ»



Составила:
инструктор по физической культуре
Ашихмина Светлана Васильевна

г. Бердск,
2022 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Наименование разделов Программы	стр
1.Целевой раздел	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи программы	5
1.3. Принципы и подходы к Программе	6
1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей	7
1.5. Целевые ориентиры	7
1.6. Планируемые результаты освоения программы	8
1.7. Система оценки результатов освоения программы	8
2.Содержательный раздел	9
2.1. Особенности организации образовательного процесса	9
2.2. Формы и методы	10
2.3. Этапы реализации программы	11
2.4. Методика обучения	11
2.5. Методика занятий с детьми 4-5 лет	13
2.6. Методика занятий с детьми 5-6 лет	42
2.7. Методика занятий с детьми 6-7 лет	48
2.8. Комплексы упражнений, подвижных игр	50
2.9. Комплексно – тематическое планирование	51
2.10. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	52
3.Организационный раздел	53
3.1. Кадровые условия	54
3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды	54
3.3. Материально-техническое обеспечение	55
3.4. Информационно-методическое обеспечение	58

1.Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями основных нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» (Принят 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ);

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049- 13);
- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 21 января 2019 г. № 32 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014»;

- Приказ Минобрнауки Новосибирской области от 14.04.2014 № 919 «О введении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Приказ МКУ «Управление образования и молодежной политики» от 18.04.2014г. №150р «Об организации введения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования на территории города Бердска»;

Актуальность программы:

Главным фактором укрепления и сохранения здоровья детей является систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания. Именно физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях, призвано заложить основы формирования у ребёнка правильного и осознанного отношение к себе и своему здоровью.

Проблема повышения эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста, является чрезвычайно важной, т.к. именно в этот возрастной период закладываются основы физического потенциала человека, образ его будущей жизни. Какое место в системе ценностей займет физическая культура, станет ли она составной частью общей культуры личности решается в первые 4-7 лет жизни.

В настоящее время в семьях в повседневной жизни наблюдается недостаточная активность и возможности к занятиям физической культурой и спортом. Эффективность физического воспитания невысока: слабо формируются двигательная активность, интерес и мотивация к занятиям физической культурой.

Анализ работы в ДОУ в вопросах оздоровления показал, что за последние три года индекс здоровья детей увеличился возрос на 1,7 %, увеличилось число воспитанников ни разу не заболевших в течение года, снизилось число дней (на одного ребенка) пропущенных по простудным заболеваниям. При этом необходимо отметить, что эти показатели не носят стабильный характер неизменного улучшения. Так же нестабильны и другие показатели здоровья у воспитанников в детском саду, что свидетельствует о необходимости создания программы, непосредственно направленной не только на оздоровление воспитанников, но и на приобщение детей к формированию потребности в физической культуре и спорте, как основополагающим аспектом здоровой и полноценной жизни.

Таким образом назрела острая проблема поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребностью быть ловким, сильным, быстрым и выносливым. Качественные преобразования моторной сферы детей старшего дошкольного возраста происходят на основе совершенствования чувств и движений, развития двигательных способностей. Детям данного возраста надо предоставить возможность проявить свои способности, умения использовать свой двигательный опыт. Очень важно, чтобы при этом ребенок самостоятельно находил решение, проявлял инициативу, творчество.

Отличительными особенностями программы являются расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей.

Выбор остановлен на подвижных и спортивных играх с мячом. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика, но что еще и не мало важно, игра с мячом – это высокоэмоциональное действие, вызывающее подъем настроения и побуждающее к двигательной активности. Мяч – любимый спортивный инвентарь, по мнению самих детей. Здесь воспитанник упражняются не только в ловле мяча,

забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но и в ходьбе, беге, прыжках в высоту. Это способствует формированию у детей умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Упражнения с мячом оказывают положительное влияние на развитие такого способности к точности в движении. Кроме того, эта игра может проводиться в физкультурном зале ДОУ, что делает ее актуальной в региональных суровых климатических условиях.

Данная программа рассчитана для детей 4-7 лет, которые вскоре переступят порог школьного образовательного учреждения. После освоения запланированного материала, дети смогут продолжить заниматься в спортивных секциях, т.е. дальше развивать свои способности, имея первоначальную базу.

Программа предполагает максимальное включение в ход обычного занятия игровой деятельности с мячом (здесь представлены игры и упражнения на каждое занятие), а также использование физкультурных пособий, оборудования, инвентаря, индивидуальных и групповых карточек – заданий, объединение в играх детей с разным уровнем развития и физической подготовленности (гибкость, сила, ловкость, быстрота и выносливость).

Прилагается мониторинг физической подготовленности детей: тесты для оценки уровня физической подготовленности.

Одним из основных аспектов программы является тесное взаимодействие с педагогическим составом и специалистами в течение всего года. В помощь воспитателям подобрана картотека подвижных игр для проведения их во время прогулки и в группе, в сценарии спортивных развлечений и активного досуга включены спортивные состязания с мячом.

Обязательно в реализацию программы вовлекаются родители: это открытые занятия, индивидуальное и групповое консультирование, участие в мероприятиях, а также проведение непосредственных занятий для родителей, рекомендации по организации оздоровительных мероприятий дома.

1.2 Цели и задачи программы

Цель – создание благоприятных условий для оздоровления, повышение мотивации к двигательной активности, развитие физических качеств в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями дошкольников и требованиями ФГОС ДО.

Задачи:

1. Содействовать приобретению двигательного опыта детей в играх с мячом.
2. Развивать двигательные качества детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость через упражнения и игры с мячом.
3. Формировать волевые качества ребенка, навыки личной инициативности и умения взаимодействовать в группе.
4. Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни.
5. Заложить потребность в продолжении спортивной деятельности в дальнейшей жизни.

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы.

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными ФГОС.

Принципы реализации программы:

- Принцип сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях.
- Принцип наглядности – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений и их совершенствование.
- Принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению.
- Принцип индивидуализации и поддержки детской инициативы – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенкав процессе обучения.
- Принцип постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.
- Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
- Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей.
- Реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.

Индивидуализация дошкольного образования - построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования.

Сотрудничество ДОУ с семьей.

- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей:

Возрастной период от 4-7 лет называют периодом «первого выражения»; за один год ребёнок может вырасти до 7-10 см, на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц -200 гр, а роста-0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет. Суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти –шести годам еще не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно-сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

1.5 Целевые ориентиры

4 – 5 лет:

-бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.
-ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
-ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
-бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
-активен, с интересом участвует в подвижных играх;
-инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
-умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

5 – 6 лет:

-умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.
-умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
-участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
-участвует в упражнениях с элементами спортивных игр;
-проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;
-умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
-проявляет интерес к разным видам спорта.

<u>6 – 7 лет:</u>
– может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);
– бросать предметы в цель из разных исходных положений;
– попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
– метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
– метать предметы в движущуюся цель;
-выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
-следит за правильной осанкой.
-участвует в играх с элементами спорта;
-умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
-проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
-проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям.

1.6 Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения данной программы воспитанник должен уметь:
- бросать мяч вверх, об землю и ловить его несколько раз подряд одной и двумя руками;
- прокатывать набивные мячи из разных исходных положений: стоя, сидя, стоя на коленях;
- перебрасывать мяч из разных положений, во время ходьбы и бега;
- перебрасывать мяч друг другу через сетку;
- передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую стоя и в движении;
- отбивать мяч одной рукой от пола на месте и в движении;
- вести мяч, продвигаясь вперед бегом, прыжками, между предметами;
- бросать мяч в цель из положений стоя, на коленях, сидя;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

Ребёнок освоил следующие элементы:
-умеет передавать мяч друг к другу (двумя руками от груди , одной рукой от плеча)
-умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении
-умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу у пола, и с разных сторон
-умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча
-умеет ввести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу

1.7 Система оценки результатов освоения программы

Педагогическая диагностика освоения детьми техники владения мячом проводится по критериям, предложенным Николевой Н.И. («Уровни усвоения двигательный умений и навыков движений с мячом»).

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

- Броски мяча вверх и ловля его:
  не менее 10 раз – 3 балла,

от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.

- Отбивание мяча об пол одной рукой:
  не менее 10 раз подряд – 3 балла,
  от 5 до 10 раз – 2 балла,
  менее 5 – 1 балл.
- Отбивание правой – левой рукой на месте:
  не менее 10 раз подряд – 3 балла,
  от 5 до 10 раз – 2 балла,
  менее 5 – 1 балл.
- Ведение мяча, продвигаясь бегом:
  технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
  допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
  не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу:
  технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
  допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
  не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:
  технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
  допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
  не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров:
  технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
  допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
  не справляется с выполнением задания – 1 балл.

Комментарий к проведению диагностики.

Все оценки показателей по каждому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок – 21. На основе набранной суммы можно дифференцировать детей по уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

18-21 баллов - высокий уровень,
12-17 баллов - средний уровень,
7-11 баллов – низкий уровень.

2.Содержательный раздел

2.1 Особенности организации образовательного процесса

Место занятий в учебном плане.

При организации образовательного процесса учитываются принципы интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. В основу организации образовательного процесса определен комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью, а решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей.

2.2 Формы, методы работы

Форма обучения: в рамах образовательного занятия использование игровых упражнений, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнение по овладению техникой игры с мячом. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Срок реализации программы 1 год.

Мероприятия программы «Веселый мяч» проводятся инструктором по физическому воспитанию во время проведения занятия, утренней гимнастики, активного досуга, в спортивном зале, на улице и в группе.

Сентябрь является адаптационным периодом для детей, посещающих дошкольное учреждение, поэтому в это время педагог знакомится с детьми и их родителями в повседневной обстановке, проводит диагностику. Форма подведения итогов: диагностическое обследование детей по усвоению программы. Отличительные особенности данной программы: систематизирована структура организации занятий; направлена на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности.

Используются следующие методы и приемы в работе:

- показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- пояснение и показ упражнений;
- повторение упражнения;
- использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений;
- творческие задания;
- игровые и соревновательные задания.

Педагогический анализ знаний, умений, навыков детей (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в октябре, итоговый – в мае). Педагогическая диагностика освоения детьми техники владения мячом проводится по критериям, предложенным Николевой Н.И. («Уровни усвоения двигательный умений и навыков движений с мячом»).

2.3 Этапы реализации программы

Обучение дошкольников в рамках программы «Веселый мяч» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Известно, что в

дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений. Обучение в «Веселом мяче» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения.

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания.

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков.

Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

2.4 Методика обучения

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. Детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами. Позднее группе детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.

Катание — полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз инструктор организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель

чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5,- Дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи. Мячи должны хорошо отскакивать.

2.5 Методика занятий с детьми среднего возраста 4-5 лет

Упражнения в метании, катании, бросании мяча улучшают общую координацию движений, способствуют укреплению мышц ног, туловища, плечевого пояса и рук. В упражнениях с мячом ребенок знакомится с различными пространственными понятиями - *высоко, низко, верх, низ* и т. д.), учится управлять своими движениями.

При обучении детей средней группы катанию, бросанию, метанию мяча закрепляются и совершенствуются навыки, приобретенные ими в младшей группе. При **прокатывании мячей** детей приучают отталкивать предметы симметрично обеими руками, придавая движению нужное направление.

Затем упражнения в прокатывании мяча проводятся в парах. Ребята располагаются на расстоянии 1,5-2 м друг от друга. Исходное положение может быть различным: сидя, ноги врозь, стойка в упоре на коленях, стоя во весь рост (с наклоном вперед-вниз). К началу действий с мячом воспитатель дает команду.

Детей пятого года жизни обучают **подбрасыванию и** ловле **мяча** индивидуально и в парах. При ловле мяча ребенок, как правило, сохраняет неподвижную позу. Умение следить за полетом мяча у детей сформировано несколько лучше, чем умение выдерживать направление при броске. В основном они ловят мяч, прижимая его к груди.

Упражнения в бросании и ловле должны быть непродолжительными, так как требуют определенной концентрации внимания, которое у детей данного возраста развито еще не достаточно.

Обучать детей **метанию в цель и на дальность** воспитатель начинает после того, как они освоят прокатывание мяча в разных вариантах. При бросках и ловле мяча основное внимание обращается на исходное положение. При метании в цель и на

дальность предлагается отставить ногу, отвести в сторону одноименную руку, производящую бросок, то есть если бросок производится правой рукой, то назад отставляется правая нога, и наоборот. Ноги надо слегка расставить и чуть согнуть в коленях.

2.6 Методика занятий с детьми старшего возраста 5-6 лет

Дети старшего возраста детского сада в соответствии с программой осваивают ряд метательных движений на занятиях по физической культуре, но навыки владения мячом, необходимые для обучения баскетболу, у них слабые. Игра в баскетбол требует точной координации движений, развития глазомера, умения довольно точно действовать с мячом, соразмерять силу отталкивания мяча с расстоянием.

В старшей группе детского сада в основном необходимо проводить упражнения и игры, подготавливающие к усвоению техники передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, прежде всего используя игры и упражнения с мячом, включенные в «Программу воспитания в детском саду».

На начальном этапе обучения необходимо больше внимании уделять разнообразию упражнений. Особое значение имеют такие игры, в которых все дети по отдельности или в парах могут действовать с мячом. Только после того как они научатся свободно действовать с мячом, целесообразно проводить подготовительные упражнения и игры по обучению ловле-передаче мяча.

Действия по перебрасыванию мяча привычные для детей и являются подготовительными к обучению броскам мяча в корзину. После этого целесообразно давать упражнения, связанные с обучением ведению мяча, сочетая их с упражнениями и играми с бросками мяча в корзину.

УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ, ПОДГОТАВЛИВАЮЩИЕ К ОБУЧЕНИЮ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДАЧИ-ЛОВЛИ МЯЧА

Первоначальное обучение действиям:

1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом.
4. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.

Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».

Углубленное разучивание действий:

1. Игры: «Вызов по имени», «Подвижная Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
2. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
3. Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.

Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему».

Совершенствование:

1. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.
3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
4. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).

Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».

УПРАЖНЕНИЯ, ПОДГОТАВЛИВАЮЩИЕ К ВЕДЕНИЮ МЯЧА

Первоначальное обучение:

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя.
2. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе.
3. Удар мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.

Углубленное разучивание:

1. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.
2. Ведение мяча на место правой (левой) рукой.
3. Ведение мяча на место правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).

Совершенствование:

1. Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.
2. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
3. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).

УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ, ПОДГОТАВЛИВАЮЩИЕ К БРОСКУ МЯЧА В КОРЗИНУ

Первоначальное обучение:

1. Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2—2,5 м), снизу, сверху и из-за головы.

Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».

Углубленное разучивание:

1. Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120х90 см), установленный на разной высоте.
2. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.

Совершенствование: **игры «Метко в корзину», «Чья команда больше».**

2.7 Методика занятий с детьми старшего возраста 6-7 лет

В подготовительной к школе группе необходимо научить детей определенной технике передачи, ловли, ведения и бросков мяча. Постепенное усложнение достигается систематическим включением их в занятия:

1. В упражнениях на месте, затем в движении, с дополнительными заданиями, при противодействии другого игрока, в сочетании разных действий с мячом и без мяча;
2. В играх: усложняя действия с мячом и взаимодействия игроков между собой.

При закреплении навыков действий с мячом на последующих занятиях целесообразно менять условия выполнения их. Смена упражнений и игр обеспечивает разнообразие, а вместе с тем и эмоциональность их проведения, а повторение позволяет увеличивать двигательную активность детей в течение занятий, так как не требует подробного объяснения, показа движений, правил игры.

Задачи обучения:

- Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации.
- Научить детей передавать, ловить, вести и бросать мяч в корзину, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча.
- Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с ним, ориентироваться на площадке, находить свободное, более удобное место для успешного ведения игры.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ С ПЕРЕДАЧЕЙ МЯЧА

Первоначальное обучение:

1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
2. Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте в парах.
3. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.

Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли «то.

Игры: «10 передач», «Мяч **водящему».**

Углубленное *разучивание:*

1. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).
2. Передача мяча в тропках, пятерках.
3. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.

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

Совершенствование:

Передача мяча парами при противодействии защитника. Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».

УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ С ВЕДЕНИЕМ МЯЧА

Первоначальное обучение:

1. Ведение мяча на месте.
2. Ведение мяча вокруг себя.
3. Ведение мяча, продвигаясь шагом.

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

Углубленное разучивание:

1. Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.
2. Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.
3. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча

Совершенствование:

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

УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ С БРОСКАМИ МЯЧА В КОРЗИНУ

Первоначальное обучение:

1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.
2. Бросок мяча в цель (высота 1,5 м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.
3. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места. Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».

Углубленное разучивание:

1. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).
2. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

Совершенствование:

Игры: «Бросание мяча в нарах». «Метко в корзину».

Сочетание действий: ловли-броска мяча, ведения-броска мяча, ловли-ведения мяча, ведения-передачи мяча.

Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»; игра в баскетбол по облегченным правилам.

2.8 Комплексы упражнений, подвижных игр.

Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом

(Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева)

- И.п: стать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить, мяч держать в правой руке.
  Выполнение: поднять руки через стороны вверх, переложить мяч из правой руки в левую. Опустить руки через стороны вниз.
- И.п: то же.
  Выполнение: быстро перекладывать мяч из одной руки в другую (впереди и сзади себя).
- И.п: тоже.
  Выполнение: поднять правую (левую) ногу, согнув её в колене. Переложить мяч из одной руки в другую под коленом, вернуться в и.п.
- И.п: стать прямо, ноги на ширине плеч, руки опустить, мяч держать в одной руке.
  Выполнение: наклониться, положить мяч на пол и, придерживая его руками, прокатить вокруг одной и другой ноги. Взять мяч двумя руками, выпрямиться.
- И.п: сесть на пол, скрестив ноги, в руки взять мяч.
  Выполнение: повернуться вправо (влево), положить предмет сбоку. Сесть прямо, руки положить на колени. Повернуться, взять предмет. Вернуться в и.п.
- И.п: сесть, ноги вместе, вытянуты. В одной руке держать мяч.
  Выполнение: приподнять ноги от пола, переложить под ногами мяч из одной руки в другую, вернуться в и.п.
- И.п: то же.
  Выполнение: положить мяч на пол сбоку и, придерживая его руками, прокатить вокруг себя.
- И.п: то же, ноги врозь.
  Выполнение: положить мяч между ступнями, взять его ступнями, приподнять, подтянуть к себе, согнув ноги. Вытянуть ноги, снова положить мяч на пол.
  Вариант упражнения: выполнять упражнение так же, перекладывая мяч справа налево и слева направо.
- И.п: сесть, ноги вытянуть, мяч держать двумя руками перед собой.
  Выполнение: лечь на спину, поднять руки вверх и коснуться за головой мячом пола. Опустить руки.

- И.п: сесть на стул, взять в руки мяч. Выполнение: наклониться вперёд, не вставая со стула, положить мяч на пол перед собой, выпрямиться, снова наклониться, взять предмет и выпрямиться.

Виды упражнений с мячом

1. ***Солнышко.*** Подбрасывать и ловить мяч двумя руками (для детей 3-7 лет).
2. ***Хлопушки.*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков (для детей 4-7 лет).
3. ***Отбивалки.*** Отбивать мяч об пол двумя руками или одной рукой (для детей 3-7 лет).
4. ***Правый – левый.*** Отбивать мяч правой - левой рукой поочерёдно (для детей 4-7 лет).
5. ***Кулачок.*** Отбивать мяч об пол кулаком (для детей 5-7 лет).
6. ***Ребро.*** Отбивать мяч об пол ребром ладони (для детей 5-7 лет).
7. ***Подскок.*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол (для детей 3-7 лет).
8. ***Хлоп – гоп.*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол и хлопка в ладони (для детей 4-7 лет).
9. ***Вертушка.*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения (для детей 5-7 лет).
10. ***Корзинка.*** Подбрасывать мяч вверх, соединить руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать его (для детей 5-7 лет).

Виды упражнений с мячом у стены

1. ***Бим-Бом.*** Отбивать от груди мяч двумя руками о стенку. Расстояние от 50 см до 1 м и более (для детей 3-7 лет).
2. ***Волна.*** Снизу двумя руками отбивать мяч о стенку и ловить его после отскока об пол (для детей 4-7 лет).
3. ***Тик-так.*** Так же отбивать мяч и ловить его после отскока и хлопка (для детей 5-7 лет)
4. ***Юла.*** Так же отбивать мяч и ловить после кружения (для детей 5-7 лет).
5. ***Самолёт.*** Двумя руками из-за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, и ловить после отскока о стенку (для детей 5-7 лет).
6. ***Луноход.*** То же упражнение, но ловить мяч после кружения (для детей 5-7 лет).
7. ***Вертолёт.*** То же упражнение, но с добавлением хлопков (для детей 5-7 лет).
8. ***Стрела*** (мяч диаметром 12 см). Мяч в правой руке. От плеча отбить мяч об пол и поймать двумя руками после отскока о стену (для детей 5-7 лет).
9. ***Стрела вторая.*** То же упражнение, но мяч в левой руке (для детей 5-7 лет).
10. ***Кораблик.*** Стоя у стены, малый мяч в правой руке. Отвести руку с мячом назад – вверх и одновременно поднять одноимённую ногу. Отбить мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену (для детей 5-7 лет).

Виды упражнений с мячом в движении

1. Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч отбивать сбоку, чтобы не мешал движению) (для детей 3-7 лет).
2. Отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увёртыванием от ловишки (для детей 4-7 лет).
3. Отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу (мяч на одном месте) (для детей 5-7 лет)

Виды упражнений с мячом в паре

1. Все упражнения с 1по 10 стоя у стены выполнять в паре (для детей 5-7 лет).
2. Все упражнения с 1 по 10 стоя у стены выполнять в паре с продвижением вперёд (для детей 5-7 лет).

Комплекс общеразвивающих упражнений с большим мячом

(Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»)

1. И.п.: основная стойка, мяч в обеих руках внизу, 1-2 поднять мяч вверх, поднимаясь на носки; 3-4 –вернуться в исходное положение (6-7 раз).
2. И.п.: стоя на коленях, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 –прокатить мяч вокруг себя вправо; 5-8 –влево (6 раз).
3. И.п.: сидя ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. 1-2 наклониться, прокатить мяч от одной ноги к другой; 3-4 –вернуться в исходное положение (5-6раз).
4. И.п.: лёжа на спине, ноги прямые, мяч в обеих руках за головой. 1-2 –поднять правую согнутую в колене ногу, коснуться мячом; 3-4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6 раз).
5. И.п.: основная стойка, мяч в согнутых руках перед собой. Подбрасывать мяч произвольно вверх и ловить двумя руками (5 раз), затем пауза и снова повторить.
6. И.п.: основная стойка, мяч в согнутых руках. 1-присесть, вынести мяч вперёд, руки прямые; 2 –вернуться в исходное положение (6 раз).
7. И.п.: основная стойка, мяч на полу, руки на поясе. 1-8 –прыжки вокруг мяча на двух ногах (3-4 раза).

Комплекс упражнений с мячами

(по программе «Старт» Р.А.Юдиной, Л.В.Яковлевой)

1. ***«Солнышко».*** Подбрасывать и ловить мяч двумя руками.
   Солнце светит высоко, солнце светит низко.
   Мяч бросаю далеко, мяч бросаю близко.

1. ***«Хлопушки».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков.
   Вот подброшу к верху мяч, не умчится мячик вскачь!
   Хлопну громко в две ладоши – я ловец мячей хороший.

1. ***«Отбивалки».*** Отбивать мяч об пол двумя руками или одной рукой.
   Прыг-скок, прыг-скок! Встал наш мячик на носок,

А потом на пятку – заплясал вприсядку!
Прямо, боком, кулачком управляю я мячом!

1. ***«Подскок».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол.
   К солнцу мяч взлетает, знает, что поймают.
   Я немного подожду – прыгнет вниз, тогда словлю.

1. ***«Хлоп – гоп».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол и хлопка в ладони.
   Вверх бросок, об пол – отскок.
   Хлопну громко: «Хлоп и гоп!»

1. ***«Вертушка».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения.
   Быстро кружится волчок, хочет лечь он на бочок.
   Я упасть мячу не дам и его поймаю сам!

1. ***«Корзинка».*** Подбрасывать мяч вверх, соединить руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать его.
   Ловим мяч в корзину ловко. Бросим вверх – там остановка.
   А потом он вниз летит. Мяч от нас не убежит!

1. ***«Качели».*** Упражнение в паре. Бросить мяч сверстнику, стоящему на расстоянии 1,5-2м, с отскоком об пол.
   Вот и полетели быстрые качели.
   Ты – мне, я – тебе. Веселее нам вдвойне!

1. ***«Ведение по кругу».*** Стоя на коленях прокатить мяч по кругу вокруг себя одной рукой. Руку за спиной поменять.
   Дружные ребята, девочки и мальчики.
   Весело играют в озорные мячики.
   1, 2, 3, 4, 5 –начинаем мы катать!

Игровые упражнения и игры с элементами пионербола

1. Прокатывание мяча двумя руками друг к другу с увеличением расстояния до 5 м и более (для детей 3 – 7 лет).
2. Перебрасывание мяча диметром 20, 12, 6, 3 см друг другу любым способом с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).
3. Прокатывание медбола весом 1 кг двумя руками друг другу с увеличением расстояния до 5 м и более (для детей 3 – 7 лет).
4. Перебрасывание медбола двумя руками друг другу с увеличением расстояния до 5 м и более (для детей 3 – 7 лет).
5. Перебрасывание мячей двумя руками снизу диаметром 20, 12, 6, 3 см и медбола весом 1 кг с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).
6. Перебрасывание мячей двумя руками от груди разного диаметра и медбола с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).

7. Перебрасывание мячей двумя руками из-за головы разного диаметра и медбола с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).
8. Передача по кругу мячей разного диаметра и медбола разными способами: от груди, снизу, из-за головы с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).
9. Передача мячей разного диаметра и медбола двумя руками, стоя колонной с поворотом туловища по направлению мяча или медбола с разными способами (для детей 3 – 7 лет).
10. Передача мячей разного диаметра и медбола ведущему, стоя в шеренге с увеличением расстояния (для детей 3 – 7 лет).
11. Перебрасывание в паре с увеличением расстояния до 5 м и более мячей разного диаметра и медбола весом 1 кг разными способами: снизу, от груди, из-за головы (для детей 4 – 7 лет).
12. Перебрысывание мяча диаметром 20 см через сетку высотой на уровне груди ребёнка с постепенным повышением ее до 130 – 170 см и последующим пробеганием под сеткой для ловли мяча. Расстояние от сетки увеличивается до 5 м и более (для детей 3 – 7 лет).
13. Перебрасывание мяча через сетку в обозначенное место и вдаль разными способами: от груди, из-за головы, двумя руками (для детей 4 – 7 лет).
14. Перебрасывание мяча друг другу от груди и из-за головы с увеличением числа игроков от 2 до 6 и более (для детей 5 – 7 лет).
15. Перебрасывание мяча в паре с увеличением расстояния, так чтобы для ловли мяча необходимо было подпрыгнуть, подбежать или отбежать назад (для детей 5 – 7 лет).
16. Перебрасывание мяча через сетку двумя подгруппами: одна подгруппа бросает мяч через сетку, а другая ловит подбегая, подпрыгивая или отбегая (для детей 5—7 лет).
17. Перебрасывание мяча в паре с препятствием: двое игроков перебрасывают мяч, а третий старается поймать его в полёте (для детей 5—7 лет).
18. Перебрасывание мяча группой от 4 до 7 игроков с ловишкой в центре круга, так чтобы для ловли мяча необходимо было подпрыгнуть, подбежать и отбежать. Бросают мяч по направлению вверх конкретному игроку (для детей 5 – 7 лет).
19. Перебрасывание мяча в паре через сетку с постепенным удалением от неё и изменением высоты сетки (для детей 3 – 7 лет).
20. Перебрасывание мяча в паре через сетку разными способами: от груди, снизу, из-за головы (для детей 4 – 7 лет).
21. Перебрасывание мяча через сетку с увеличением игроков от 1 до 6 с каждой стороны и с уменьшением мячей от 6 до 1 (для детей 5 – 7 лет).
22. Перебрасывание мяча через сетку по диагонали между двумя шеренгами: мяч бросают игроку по шеренге через одного, затем через двух третьему по счёту (для детей 5—7 лет).
23. Перебрасывание мяча через сетку от плеча двумя и одной рукой (для детей 5—7 лет).
24. Перебрасывание мяча через сетку с называнием игрока, кому предназначен брошенный мяч. Играют две подгруппы, с каждой стороны сетки по 3—6 игроков (для детей 4—7 лет).
25. Знакомство с простейшими правилами игры в волейбол (для детей 5—7 лет).

26. Усложнение правил. Команда получает очко, когда мяч пойман в полете; мяч засчитывается, если ударится об пол или землю на территории игровой площадки. Если мяч упал за чертой — он вне игры и подачу производит та команда, на чьей стороне упал этот мяч. Количество игроков постепенно увеличивается до 7 человек (для детей 5—7 лет).
27. Игра в волейбол с правилами соревнований: команда на команду, с запасными игроками и т.д. (для детей 5—7 лет).

Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола

1. Забрасывание мяча двумя руками в баскетбольные кольца на высоту 90, 120, 150, 170, 200 см. Для каждого ребёнка высоту подбирать индивидуально (для детей 3—7 лет).
2. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо на разной высоте с увеличением расстояния до 5 м и более, двумя руками от груди и из-за головы (для детей 3—7 лет).
3. Забрасывание в баскетбольные кольца на разной высоте мячи разных диаметров: 3, 6,12, 20 см и воланчика от бадминтона с любого расстояния и любым удобным способом (для детей 3—7 лет).
4. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте и в движении с увеличением темпа и изменением направления (для детей 3—7 лет).
5. Подбрасывание и ловля двумя руками мячей диаметром 6, 12, 20 см и медбола, на месте и в движении, с изменением темпа и направления (для детей 3—7 лет).
6. Подбрасывание и ловля мяча диаметром 20 см двумя руками с передвижением приставным боковым шагом, переходящим на боковой галоп (для детей 4—7 лет).
7. Отбивание мяча об пол (землю) одной рукой на месте (для детей 3—7 лет).
8. Отбивание об пол (землю) мячей диаметром 3, 6, 12, 20 см (для детей 3—7 лет).
9. Отбивание мяча диаметром 20 см об пол (землю) попеременно правой и левой рукой и двумя руками с продвижением прямо, змейкой, по диагонали (для детей 3—7 лет).
10. Отбивание мяча с кружением на месте вокруг мяча и стоя на одном месте; отбивание мяча вокруг себя (для детей 4—7 лет).
11. Отбивание мяча попеременно правой и левой рукой в движении с переходом от ходьбы к бегу, ведя его сбоку от себя, так чтобы он не мешал быстрому передвижению (для детей 4—7 лет).
12. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо: с места, с увеличением расстояния. Затем с трёх широких прыжковых шагов, на третий шаг — бросок мяча двумя руками от груди или из-за головы в баскетбольное кольцо (для детей 5—7 лет).
13. Отбивание мяча попеременно правой и левой рукой с передвижением боковым галопом, с изменением темпа и направления (для детей 5—7 лет).
14. Перебрасывание мяча в паре с передвижением боковым галопом вправо-влево, с изменением темпа и расстояния между партнёрами, для каждой пары индивидуально (для детей 5—7 лет).
15. Отбивание мяча сбоку, передвигаясь бегом или боковым галопом (для детей 4—7 лет).

16. Ведение мяча правой рукой с отбиванием его 10 раз подряд с последующей передачей партнёру от груди, из-за головы. Затем ведение мяча левой рукой (для детей 5—7 лет).
17. Ведение мяча в разном темпе и направлении с последующей передачей партнёру после отбивания об пол не более 5 раз. Дойдя до баскетбольного кольца, забросить в него мяч, поймать и продолжать отбивать и передавать пас друг другу (для детей 5—7 лет).
18. Из шеренги дети с мячом в руках по сигналу выполняют два прыжковых шага к кольцу, на третий прыжок забрасывают мяч в баскетбольное кольцо. Можно разделиться на команды (для детей 5—7 лет).
19. Дети подгруппами отбивают мяч об пол (землю) в движении: бегом или беговым галопом. Дойдя до обозначенной черты, выполняют два прыжковых шага, а на третий прыжок забрасывают мяч в кольцо (для детей 5—7 лет).

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ с мячом

«Играй, играй, мяч не теряй»

Задачи: Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать качества мяча: вес, упругость и др. Формировать умения управлять мячом и играть с ним, не мешая товарищу, найти свободное место на площадке.

Описание игры.

Все дети располагаются па площадке, каждый свободно играет с мячом. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие, получают штрафное очко. Игра повторяется. Выигрывают те дети, которые во время игры не получают штрафных очков. **Вариант:** После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать, мяч или принять, стойку баскетболиста. За неправильное движение получают штрафное очко.

Методические указания. Воспитатель, называет движения с мячом, которые дети могут выполнять» в игре, например вести мяч на месть' и бегом, бросать, мяч и щит, в корзину, в стену. вверх, вниз и т. д.

«Сделай фигуру»

Задачи: Учить детей слушать, сигнал, не бросать мяч после него. Формировать» навыки действия с мячом, воспитывать» умение поделиться мячом с товарищем.

Описание игры.

Все дети свободно располагаются на площадке, каждый второй имеет мяч. Если воспитатель говорит «день» - все свободно играют с мячом в паре с товарищем. Если воспитатель говорит «ночь» - все дети (с мячами и без них) должны как можно быстрее принять определенную позу и не шевелиться. Зашевелившийся ребенок получает штрафное очко. Выигрывают дети, не получившие штрафных очков.

«Вызов по имени»

Задачи: Учить детей ловить мяч. развивать реакцию, умение согласовывать действия. Воспитывать ответственность перед командой, положительное отношение ко всем играющим.

Описание игры.

Дети делятся на подгруппы и образуют круги. В центре каждого круга ребенок с мячом. После сигнала воспитателя он бросает мяч вверх и вызывает по имени того, кому предназначается мяч. Тот должен успеть поймать мяч, не уронить его. Поймавший мяч бросает его вверх и также вызывает кого-либо. Выигрывает группа, меньшее количество раз уронившая мяч на землю.

Методические указания. Диаметр круга, по которому располагаются дети, следует постепенно увеличивать.

ИГРЫ С ПЕРЕДАЧЕЙ И ЛОВЛЕЙ МЯЧА

«10 передач»

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами. Воспитывать справедливость и стремление помочь товарищу правильно выполнять движения.

Описание игры.

Дети становятся парами на расстоянии 2 м один от другого, у каждой пары по мячу. По сигналу они начинают передавать мяч друз другу заданным способом, стараясь не уронить его па землю. Побеждает пара, быстрее выполнившая 10 передач, без падения мяча па землю.

Вариант: Уронившие мяч пары выходят из игры. Выигрывают те дети, которые дольше удерживают мяч.

Методические указания. Внимание детей обращается на то, что мяч необходимо ловить не касаясь им груди, бросать его партнеру на уровне груди.

« Мяч водящему»

Задачи: Учить детей передавать мяч двумя руками от груди и ловить его. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Описание игры.

Дети делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4- 5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. Ио сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга, водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

Вариант: Побеждает команда, быстрее закончившая игру и меньшее количество раз уронившая мяч.

«Гонки мячей по кругу»

Задачи: Развивать быстроту в передаче мяча, умение сосредоточиться при выполнении задания. Воспитывать ответственность перед товарищами по игре.

Описание игры.

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У игроков, стоящих в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размеров. После сигнала игроки начинают передавать мячи друг другу (по указанному направлению), стараясь догнать другой мяч.

«Поймай мяч»

Задачи: Учить детей передавать мяч одной рукой от плеча (правой, левой). Воспитывать умение прийти на помощь товарищу.

Описание игры. Дети делятся по трое. Двое из них становятся друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч друг другу, как кому удобнее. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удается, он меняется местами с тем, кто бросил мяч.

Методические указания: Дети, передающие мяч, перед броском его товарищу могут выполнять и другое движение (вести его на месте или в движении, бросить его вверх, вниз и поймать).

«У кого меньше мячей»

Задачи: Учить детей передавать, ловить мяч, развивать умение ориентироваться на площадке.

Описание игры.

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по нескольку мячей и располагается на своей половине площадки. (Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130— 150 см.) Дети обеих команд после сигнала педагога стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей.

Методические указания. Запрещается толкать друг друга, отнимать мяч.

«Займи свободный кружок»

Задачи: Учить детей передавать, ловить мяч, развивать навык ориентирования па площадке. Воспитывать уважение к товарищам по игре. **Описание игры**. На полу в разных местах чертятся кружки диаметром 50 см на расстоянии 1,5 — 2 м один от другого. Все дети, за исключением водящего, становятся в них, затем перебрасывают мяч товарищам в разных направлениях. Водящий, находясь между кружками, старается поймать мяч на лету или хотя бы коснуться его рукой. Если водящему удается это сделать, воспитатель дает свисток. По свистку игроки, находящиеся в кружках, меняются местами, а водящий старается занять любой из кружков. Кто не успел занять кружка, тот становится водящим. Игра продолжается. Побеждают те дети, которые ни разу не были водящими. (Выполнение роли водящего впервые выделенным игроком в счет не принимается.) **Методические указания.** Дети делятся на несколько групп. Когда они усвоят ход игры, можно включить в нее второй мяч и второго водящего. **Варианты.** 1. Водящими выделяются двое детей. 2. В игру вводится несколько мячей.

«Обгони мяч»

Задачи: Учить передавать, ловить мяч. Воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Играют 2 команды. Игроки каждой команды становятся в круг, выбирают водящих, которые имеют мячи. После сигнала воспитателя каждый водящий отдает мяч игроку, стоящему справа, а сам бежит влево, оббегает круг и

становится на свое место. Получивший мяч передает его следующему справа и т. д. Когда первый возвращается на свое место, (бежит следующий игрок . Игра закапчивается, когда все дети обегут круг и мяч возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

«Подвижная цель»

Задачи: Учить детей передавать ловить мяч, согласовывать свои действия с действиями других игроков, соразмерять бросок с расстоянием до цели.

Описание игры.

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг с водящим в центре. Дети перебрасывают друг другу мяч, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг.

Методические указания. Мяч можно бросать только в ноги водящего. **Вариант.** Бросать мяч в водящего можно только после передачи (или 2 — 3 передач мяча) друг другу.

«Собачка»

Задачи: Учить передавать — ловить мяч, координировать своп действия с действиями товарищей.

Описание игры. Дети встают по кругу с водящим в середине. Они перебрасывают мяч с одной стороны круга на другую, водящий должен поймать мяч пли коснуться его рукой. Если ему это удается, он встает в круг, а в середину идет тот, кто последним бросил мяч.

Методические указания. Группа делится на 4—6 подгрупп. Дети встают в круг па расстоянии вытянутых рук.

«За мячом»

Задачи: Учить передавать — ловить мяч двумя руками от груди. Развивать умение ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность за свои действия перед коллективом.

Описание игры.

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает водящего. Команды делятся пополам и становятся в колонны одна против другой на расстоянии 2 - 3 м. После сигнала водящий передает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит в конец этой колонны, т. е. вслед за мячом. Поймавший также передает мяч напротив стоящему и отправляется за мячом . Игра заканчивается тогда, когда все игроки вернутся па свои места, а мячи возвратятся водящим.

ИГРЫ С ВЕДЕНИЕМ МЯЧА

«Мотоциклисты»

Задачи: Совершенствовать ведение мяча на месте и в движении, приучать детей видеть площадку.

Описание игры.

На площадке размечается дорога шириной 2— 3 м и длиной 4 — 5 м. Все дети — мотоциклисты. Они свободно ведут мяч по площадке. Около дороги стоит регулировщик. Он зеленым и красным флажками регулирует движение по дороге. Если регулировщик показывает красный флажок, мотоциклист останавливается, но

мотор не выключает ведет мяч на месте'. Когда поднимается зеленый флажок, мотоциклисты могут проехать улицу без остановки — провести мяч бегом. Движение по улице проходит в одном направлении.

Методические указания. Через определенное время игры педагог подает сигнал, дети меняют руку.

«Скажи, какой цвет»

Задачи: Учить вести мяч правой и левой рукой, приучать детей видеть площадку.

Описание игры. Все дети имеют мячи, кроме водящего, и свободно ведут их по площадке. Водящий передвигается с 2—3 флажками разных цветов. Ребенок, около которого останавливается водящий и показывает флажок какого-либо цвета, должен, ведя мяч на месте, сказать, какого цвета флажок показывает водящий.

Варианты. 1. Роль водящего выполняют сразу 2—3 ребенка. 2. Водящий показывает палочки, а игрок должен сказать, сколько их.

«Вызовы по номерам»

Задачи: Учить вести мяч, быстро реагировать на сигналы. Воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на несколько команд по 4 -5 игроков. В команде рассчитываются по очереди и становятся в колонну. Перед каждой колонной расставляют 5—6 конусов на расстоянии 1 м один от другого. Педагог называет номер (не по очереди) и вызванные дети ведут мяч, обводя конусы «змейкой» туда и обратно. Ребенок, быстрее выполнивший задание, выигрывает для команды очко. В конце игры выбирается команда-победитель.

«Ловишки в парах»

Задачи: Учить вести мяч бегом, формировать умение видеть площадку. Воспитывать честность, справедливость в игре.

Описание игры. Дети делятся по двое. Каждый из них имеет мяч и свободно передвигается по площадке. Один ребенок в паре — водящий, его цель — не роняя мяч, коснуться рукой товарища по паре. Если ему это удается, другой ребенок становится водящим, а бывший водящий свободно ведет мяч.

Методические указания. После того как водящий осалил своего товарища, он должен продвинуться на 5 — 6 шагов вперед и тогда другой ребенок может его ловить.

«Ловишки с мячом»

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

Описание игры. Дети с мячами свободно передвигаются по площадке. Цель водящего — ведя мяч, осалить рукой товарища. Если ему это удается, осаленный становится водящим.

Методические указания. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем ребенок.

«Эстафета с ведением мяча»

Задачи: Учить детей вести, передавать и ловить мяч. Воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на команды но 5 -6 игроков. Команда располагается в колонну по одному, вокруг нее чертится круг. Педагог указывает направление передвижения. После сигнала первый ребенок из команды ведет мяч по кругу, возвращается на свое место и передает мяч следующем у игроку, а сам становится в конец колонны.. Побеждает команда, первой закончившая ведение мяча.

«Один, два свистка»

Задачи: Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения. Учить слышать свисток. Развивать пространственную ориентировку и внимание.

Описание игры. Дети с мячами встают в шеренги напротив друг друга. Педагог объясняет, что сигналом для одной команды будет один свисток, другой команды – два свистка. Раздаётся свисток – выполняем ведение на противоположную сторону, если свисток повторяется, то делаем поворот и ведение обратно.

Варианты. Можно натянуть шнур, дети проходят с ведение под шнуром, не задевая его.

ИГРЫ С БРОСКАМИ МЯЧА В КОРЗИНУ

«Пять бросков»

Задачи: Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений. Воспитывать честность, справедливость.

Описание игры.

5-6 детей располагаются на расстоянии 1- 2 м от корзины. По сигналу воспитателя все бросают мячи в корзину, каждый подбирает свой мяч и опять, бросает. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, бросая мяч указанным способом.

«Броски мяча в парах»

Задачи: Учить, бросать, мяч в корзину, сочетать ловлю н броски мяча. Закреплять, умение совместно играть, с мячом.

Описание игры.

Дети становятся парами, у каждой пары один мяч. Один ребенок из каждой пары становится возле корзины, чтобы поймать, брошенный мяч. Остальные становятся друг за другом на расстоянии 2 м от корзины. После сигнала воспитателя они бросают каждый свой мяч (по 5 раз), затем меняются местами с напарниками. Выигрывает пара, большее число раз попавшая в корзину.

Методические указания. Ловить, мяч после броска и передавать, его можно только в своей паре.

«Метко в корзину»

Задачи: Учить, сочетать, ведение, остановку и броски мяча в корзину. Воспитывать ответственность и выдержку.

Описание игры.
Дети распределяются на команды по числу щитов на площадке и становятся в середине ее на указанные места. У первых игроков в руках мяч. Ио сигналу воспитателя каждый ведет мяч к щиту, останавливается, бросает мяч двумя руками от груди, ловит н передает мяч следующему игроку по команде. Выигрывает команда, выполнившая больше попаданий.
Вариант. Попавший в корзину повторяет бросок.

«Чья команда больше»

Задачи: Учить метко бросать мяч в корзину. Развивать способность согласовывать свои действия с действиями товарищей, воспитывать ответственность и организованность.
Описание игры.
Дети делятся на команды по 4 — 5 игроков. Они становятся в колонну на расстоянии 2 м от корзины. Первые в каждой колонне с мячами. После сигнала воспитателя они бросают мячи, стараясь попасть в корзину. Каждый ловит мяч, передает его следующему партнёру по команде, сам обегает выставленные па площадке кегли и становится в конец колонны. 'Го же повторяют и следующие игроки. Выигрывает та команда, которая в установленное время больше мячей забросит в корзину.
Вариант. 1. После броска мяча в корзину первый игрок передает мяч с установленного места всем игрокам своей команды по очереди, затем становится в конец колонны. Второй игрок бросает мяч в корзину и также повторяет все действия. Игра заканчивается, когда все дети совершат бросок в корзину.
2.Игрок, забросивший мяч, передаёт мяч следующему, и бежит к первому ящику с шариками, берёт и кладёт во второй ящик. В конце подсчитывается количество шариков, а значит и попаданий каждой команды.

ИГРЫ С ЛОВЛЕЙ, ПЕРЕДАЧЕЙ И ВЕДЕНИЕМ МЯЧА

«Мяч ловцу»

Задачи: Учить детей применять разученные действия с мячом, сочетать передачу, ловлю и ведение мяча. Способствовать развитию совместных действий, воспитывать коллективизм.
Описание игры.
На площадке чертят три круга один в другом: первый диаметром I м, второй - 3 м и третий - 5 м. В первый круг становится ловец, второй круг свободный, в третий становятся защитники (4-5 человек); остальные (6-7)— игроки поля. Игроки поля ведут мяч, стараясь передать его ловцу. Защитники им противодействуют, не давая ловцу поймать мяч. Если ловец поймает мяч. игроки меняются ролями: передавший мяч игрок поля становится ловцом, ловец защитником, один из защитников переходит к игрокам поля.
Вариант. Выигрывает тот ловец, который через определенное время (30 с—1 мни) поймал больше мячей.

Методические указания. После того как дети усвоят правила игры, можно разделить их на несколько играющих групп и проводить игру одновременно во всех группах.

«Мяч капитану»

Задачи: Учить применять в игре разнообразные движения с мячом. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями партнера, воспитывать коллективизм.

Описание игры. Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, отмеченный в конце чужой площадки. Игроки одной команды бросают мяч своему капитану, а игроки другой стараются его перехватить и передать своему капитану

Методические указания. Мяч можно вести, передавать, но нельзя бежать с ним.

«Борьба за мяч»

Задачи: Учить использовать изученные приемы, развивать умение сочетать своп действия с действиями других игроков команды, воспитывать коллективизм.

Описание игры. Дети делятся па две команды (надевая отличительные манишки). Каждая команда выпирает капитана. Педагог в центре площадки подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игроки команды, овладевшей мячом, передают мяч друг другу, а игроки противоположной команды стараются его перехватить. Команда, сделавшая 5 передач подряд, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Методические указания. Запрещается бежать с мячом (можно только вести), толкать соперника.

«Защита крепости»

Задачи: Учить детей рационально применять изученные действия с мячом. Развивать умения выйти на свободное место для получения мяча, оказать помощь товарищу.

Описание игры. На площадке чертятся два круга один в другом: первый диаметром 3 м, второй 5м. Дети делятся на две команды. В первый круг становятся 5 —6 детей из одной команды, остальные распределяются за кругом. Дети другой команды занимают места во втором круге». После сигнала педагога дети за кругом из первой команды стараются перебросить мяч товарищам в первом круге. Дети противоположной команды мешают им. Ребенок из первого круга, поймавший мяч. переходит за круг на помощь товарищам по команде . Игра продолжается до тех пор, пока из первого круга не будут освобождены все (не дольше 5 — 6 мин). Потом команды меняются. Выигрывает та команда, которая быстрее сумеет освободить своих товарищей из круга.

Методические указания. Дети могут вести, передавать мяч, но не разрешается делать больше трех шагов с мячом в руках.

ПРАВИЛА ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Игра в баскетбол для дошкольников имеет форму подвижной игры. В ней учтены возрастные возможности детей 5 — 7 лет, высокий уровень навыков владения мячом.

Цель игры.

Цель команды в игре — забросить как можно больше мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

Участники игры.

Каждая команда состоит из пяти играющих па площадке и нескольких запасных. Один из игроков — капитан. Игроки команд должны иметь отличительные знаки, которые нашивают на майке спереди и сзади. **Судейство.**

Воспитатель следит за выполнением правил игры: дает сигналы при нарушениях правил игроками, засчитывает попадание мяча в корзину, решает спорные мячи, контролирует время игры. Время игры. Игра состоит из двух пятиминутных таймов, между которыми дается пятиминутный перерыв. Воспитатель контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (продолжительностью 3 — 4 мин) с целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

Счет игры.

При попадании мяча в корзину команде начисляется 2 очка. Игра может закончиться победой одной из команд или ничьей.

Правила проведения игры

Правило замены.

Педагог может менять игроков в течение всей игры. Чаще всего это делается во время перерыва. Но при необходимости (усталость, недисциплинированность игроков) можнозаменять детей, даже останавливая игру, когда мяч находится в игре.

Выход мяча из игры.

Мяч, пересекший боковую или лицевую линию, считается вышедшим из игры. В этом случае1 назначается вбрасывание с того места, где мяч пересек игроком противоположной команды Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если судья сомневается кто последним коснулся мяча назначается спорный бросок.

Спорный бросок.

Спорный бросок производится: при начале каждого периода; при задержке мяча, когда два игрока из противоположных команд держат мяч одновременно; при выходе мяча из игры от одновременного касания игроками обеих команд или когда воспитатель сомневается, от кого вышел мяч: когда мяч застревает па корзине; когда игроками совершена обоюдная ошибка При розыгрыше начального и спорного броска воспитатель подбрасывает мяч вертикально вверх между игроками, и после того как он достигает наивысшей точки, игроки могут касаться его. Розыгрыш начального и спорного броска производится в центральном круге.

Правила поведения.

В баскетболе для дошкольников, как и в большом баскетболе, игроки должны всегда проявлять корректность Дети, которые ведут себя недисциплинированно или грубо, должны быть временно выведены из игры. Запрещается: тянуть за одежду, за руки, толкаться, подставлять ноги.

Перемещение с мячом.

Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов. После этого он должен или вести мяч или передать своему партнеру, или бросить по кольцу. После того как он получит очередную передачу (или перехватит мяч у противника), онснова имеет право ведения мяча. Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно, бежать с ним.

Нарушения и наказания за них.

Нарушением является несоблюдение правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения мяч вбрасывается в игру игроком пострадавшей команды. Вбрасывание мяча в игру всегда производится из-за боковой линии, против того места на площадке, где было совершено нарушение. За грубые нарушения правил игрок удаляется с площадки (с нравом его замены) на 1—3 мин.

Практическая подготовка.

Физическая подготовка во всех возрастных группах
(для всех возрастных групп)

4.1. Общеподготовительные упражнения

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход **на** ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза.

Упражнения для развития быстроты. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища **с** различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног перевороты вперед, в стороны, назад. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке; равновесие при катании на коньках, спусках на лыжах с гор. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырех баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные **с** бегом, прыжками, метаниями.

4.2. Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за

голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами. Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема, на точность, дальность, быстроту. Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному в прыжке, с места, с разбегу в стену, через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу **и** на стене, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

2.9 Календарно-тематическое планирование занятий кружка

Средний возраст 4 -5 лет.

СЕНТЯБРЬ

Задачи:

Провести диагностику двигательных качеств.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток, баскетбольная корзина.

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 1-4

Задачи:

Учить детей брать мячи из корзины и класть их на место. Дать возможность осознать физические качества мяча (упругость, вес, объем).

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей.

Упражнения и игры
1.**Катание мяча одной (двумя) рукой по прямой, вокруг предметов.** Построить детей в 4-6 колонн, расставить напротив каждой колонны 4-6 набивных мячей или других предметов. Катать мяч правой и левой рукой, наклонившись. **2.Игра «Подбрось повыше».** Все дети бросают мячи как можно выше и ловят их. Ловить можно после отскока мяча от пола или на лету (3-4 мин). 3.**Удары мяча о землю и ловля его двумя руками (2-3 мин).** По окончании упражнения положить мячи в корзину.

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 5-8

Задачи:

Формировать умение владеть мячом, учиться не мешать товарищу по игре, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей.

1.**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. **2.Свободная игра детей с мячом на площадке (3-4мин).** Вначале тренер напоминает, какие действия можно производить с мячом: катать, бросать вверх, вниз, бросать в корзину, вести па месте, играть с мячом передвигаясь и т. д. **3.Игра «Соберись по цвету»**

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 9-12

Задачи:

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

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его. Тренер напоминает, что надо стараться бросить мяч выше, чтобы успеть хлопнуть руками, следить за мячом, ловить пальцами и кистями рук. Повторить 6-8 раз. **2.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-б раз.

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 13-16

Задачи:

Учить ловле мяча, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию ориентировки в пространстве.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Бросание мяча в стенку (или в щит) и ловля ого после отскока (8-10 раз). Объяснить детям, что мяч необходимо встречать руками, заранее образуя при помощи

пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно стояли и держали мяч. **2.Подвижная игра «Сделай фигуру».** Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз.

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 17-20

Задачи:

Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Свободная игра детей с мячом на площадке (4 мин). **2.Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин).** Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. **3.Игра «Колдун»**

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 21-24

Задачи:

Учить детей передавать мяч двумя руками от груди, упражнять в ловле мяча, развивать внимание и ориентировку в пространстве.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1. Игра «Мяч через сетку». Выполняет задание одновременно вся группа (2-3 раза). Дети располагаются свободно на площадке, каждый с мячом. Игра заканчивается сразу после свистка. 2.**Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин).** Дети делятся на 2-3 подгруппы. Передают мячи, стоя на расстоянии 1-1,5 м друг от друга, двумя руками от груди.

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 25-28

Задачи:

Совершенствовать навыки передачи — ловли мяча, развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении; воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Подвижная игра «Собачка». Следить, чтобы дети честно играли, правильно передавали мяч. Можно показать и другие способы передачи мяча: одной рукой от плеча, с отскоком от пола. Мяч можно бросать только в ноги водящему. **2.Игра «Попади, пролезь в обруч»**

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 29-32

Задачи:

Упражнять детей в передаче-ловле мяча, воспитывать внимание, способствовать развитию точности движения.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
Подвижная игра «Собачка». Следить, чтобы дети честно играли, правильно передавали мяч. Можно показать и другие способы передачи мяча: одной рукой от плеча, с отскоком от пола. Мяч можно бросать только в ноги водящему

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 33-36

Задачи:

Совершенствовать навыки передачи ловли мяча; воспитывать организованность, ответственность за свои действия перед командой.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Подвижная игра «За мячом». Дети должны передвигаться вслед за мячом, в том направлении , куда бросали мяч. При повторном проведении игры обращается внимание детей на точную передачу мяча товарищу по игре. Потом команды 2-3 раза соревнуются между

собой.
2.Игра «Ловишки с ленточкой»

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 37-40

Задачи:

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

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Основная часть (12 мин)
Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (10 мин). **Подвижная игра «Выше земли»**

МАРТ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 41-44

Задачи:

Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток

Упражнения и игры
1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). **2.Подвижная игра «Займи свободный кружок».** Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин.

МАРТ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 45-48

Задачи:

Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 5 обручей.

Упражнения и игры
1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. *Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу*. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. **2.Подвижная игра «У кого меньше мячей».** *Поощрять детей бросать мяч разными способами.*

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 49-52

Задачи:

Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 5 обручей.

Упражнения и игры
1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. *Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу*. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. **2.Подвижная игра «Колдун».** Дети бегают по площадке с мячом в руках. «Колдун» догоняет, кого догнал ставит ноги врозь и поднимает руки с мячом вверх. Партнеры выручают – прокатывают свой мяч под ногами.

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 3-4

Занятие 53-56

Задачи:

Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве

Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 5 обручей.

Упражнения и игры

1.Ведение мяча на месте правой (левой рукой) с последующей сменой мячей с партнером.
Дети становятся парами и одновременно ведут мяч на месте и по сигналу начинают вести левой (правой) рукой мяч партнера. *Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу*.
2.Подвижная игра «Колдун».

МАЙ

НЕДЕЛЯ 1-2

Занятие 57-60

Задачи:
Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве
Инвентарь: Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 5 обручей.

Упражнения и игры
1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. *Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу*. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. **2.Подвижная игра «У кого меньше мячей».** *Поощрять детей бросать мяч разными способами.*

Старший возраст 5-6 лет

СЕНТЯБРЬ – диагностика двигательных качеств .

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 1

Занятие 1-2

Задачи: Учить детей брать мячи из корзины и класть их на место.
Дать возможность осознать физические качества мяча (упругость, вес, объем).
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, конусы 20-25 штук), 4-5 кеглей.

1. И.у. «Прокати мяч «змейкой»
Катание мяча одной рукой «змейкой» между предметами. Построить детей в 4 — 6 колонн, расставить напротив каждой колонны 4 — 6 набивных мячей или других предметов. Катать мяч правой и левой рукой, наклонившись.

2. И.у. «Подбрось повыше».
Все дети бросают мячи как можно выше и ловят их. Ловить можно после отскока мяча от пола или на лету (3—4 мин).
3. Игра «Колдун».

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 2

Занятие 3-4

Задачи: Формировать умение владеть мячом, приучать, не мешать товарищу по игре, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, кегли

1. И.у. «ПРОКАТИ МЯЧ»
Прокатывание двух мячей одновременно, сидя напротив друг друга в парах. Расстояние 3-4 метра.
2.**Свободная игра детей с мячом на площадке** (7-8 мин).
Вначале педагог напоминает, какие действия можно производить с мячом: катать, бросать вверх, вниз, бросать в корзину, вести па месте, играть с мячом передвигаясь и т. д.
3.Игра «СБЕЙ КЕГЛЮ».
Дети становятся за линию, в 2 — 3 м от которой находятся 3—4 кегли. Мяч можно прокатывать, бросать любым способом. Задание выполняют 3- 4 детей одновременно (3 мин).

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 3

Занятие 5-6

Задачи: Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать па сигнал, воспитывать выдержку и внимание.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей.

1 **И.у. «ПОДРОСЬ -ХЛОПНИ»**
Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его. Педагог напоминает, что надо стараться бросить мяч выше, чтобы успеть хлопнуть руками, следить за мячом, ловить пальцами и кистями рук.
Повторить 6—8 раз.
2..**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 па уровне груди, пальцы широко расставлены.
Повторить 5 6 раз.
3.Игра «Колдун»

ОКТЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 4

Занятие 7-8

Задачи: Учить ловле мяча, закреплять умение быстро реагировать па сигнал, способствовать развитию ориентировки в пространстве.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, 2 баскетбольные корзины.

1.И.у. «Три передачи»
Дети разбиваются по парам, выполняют 3 передачи с отскоком от пола, стоя на размеченных кружочках (ромбиках) на расстоянии 1,5м. друг от друга. Затем перебегают на следующие ромбики и также выполняют три передачи мяча.
3. Игра «Собачка».
Дети становятся за линию, в 2 — 3 м от которой находятся 3—4 кегли. Мяч можно прокатывать, бросать любым способом. Задание выполняют 3- 4 детей одновременно (3 мин).

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 5

Занятие 1-2

Задачи: Учить ловле мяча, упражнять в умении действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей.

1.**Игра «10 передач».**
Передачи мяча в парах. Повторить 2 — 3 раза. Воспитатель обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру - на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч.
2.**Подвижная игра «Вызов по имени».**
Детей делят на 3 — 4 группы, каждая группа становится в круг. В центре водящий с мячом. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч

следует бросать прямо вверх и высоко.

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 6

Занятие 3-4

Задачи: Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей

1.**Подвижная игра «Обгони мяч»**
(6—8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее.
2.**Эстафета «ГОНКА МЯЧЕЙ»**
Дети стоят в двух шеренгах, лицом друг к другу. Необходимо передать мяч с одного края шеренги до другого, и обратно. Чья команда выполнит задание быстрее. Повторить 3-4 раза, меняя крайних детей.

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 7

Занятие 5-6

Задачи: Учить детей передавать мяч двумя руками от груди, упражнять в ловле мяча, развивать внимание и ориентировку в пространстве.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей

1.Эстафета «Мяч над головой»
Дети стоят в двух колоннах. Первые участники с мячом. По сигналу передают мяч над головой следующему участнику, и т.д. Последний участник бежит вдоль колонны и встаёт первым. Эстафета заканчивается, когда участник, стоявший первым, вновь окажется на своём месте и поднимет мяч вверх.
2. **Игра «У кого меньше мячей».**
Выполняет задание одновременно вся группа (2- 3 раза). Дети располагаются свободно па площадке, каждый с мячом. Игра заканчивается сразу после свистка.
Игра «За мячом»

НОЯБРЬ

НЕДЕЛЯ 8

Занятие 7-8

Задачи: Совершенствовать навыки передачи — ловли мяча, развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении; воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей

1. Игра «Мяч водящему».
Детей делят па несколько групп, по 7 - 8 человек в команде. Водящим становится ребенок, хорошо владеющий мячом.
2.Подвижная игра «Собачка».
Следить, чтобы дети честно играли, правильно передавали мяч. Можно показать и другие способы передачи мяча: одной рукой от плеча, с отскоком от пола.
Мяч можно бросать только в ноги водящему.

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 9

Занятие 1-2

Задачи: Упражнять детей в передаче -ловле мяча, воспитывать внимание, способствовать развитию точности движения.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей.

1.Ведение мяча на месте и в движении.
2.И.у. «Треугольник»
Дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу в правую, затем в левую сторону
3.Подвижная игра «Собачка».
Обратить внимание на то. что мяч надо передавать таким способом, который более соответствует игровой ситуации. Иногда целесообразно бросать мяч высоко, чтобы не достал ведущий, а когда ведущий очень близко передать мяч с отскоком от пола и ли даже покатить его по полу. Следует поощрять детей играть творчески.
4.Игра «Ловишки с лентой»

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 10

Занятие 3-4

Задачи: Совершенствовать навыки передачи — ловли мяча; воспитывать организованность, ответственность за свои действия перед командой.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей.

1.Ведение мяча на месте и в движении.
2.И.у. «Треугольник»
Дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу в правую, затем в левую сторону
3.**Подвижная игра**
«За мячом».
Дети должны передвигаться вслед за мячом, по тому направлению, куда бросали мяч. При повторном проведении игры обращается внимание детей на точную передачу мяча товарищу по игре. Потом команды 2 -3 раза соревнуются между собой.
4.Игра «Охотники и утки»

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 11

Занятие 5-6

Задачи: Учить детей ведению мяча па месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей.

1. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой.
2. **Подвижная игра**
«За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре.
3.Подвижная игра «Собачка».
Обратить внимание на то. что мяч надо передавать таким способом, который более соответствует игровой ситуации. Иногда целесообразно бросать мяч высоко, чтобы не достал ведущий, а когда ведущий очень близко передать мяч с отскоком от пола и ли даже покатить его по полу. Следует поощрять детей играть творчески.
3.Игра «Колдун»

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛЯ 12

Занятие 7-8

Задачи: . Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, обручи по кол-ву детей

1.И.у. «Бег с мячом».
Дети встают в парах напротив друг друга. Расстояние между ними 5-7 метров. У детей одной шеренги мяч. По сигналу дети с мячом в руках бегут в шеренгу напротив и отдают мяч своему напарнику, а сами бегут на своё место. Затем дети

другой шеренги по сигналу бегут. И т.д.
2.И.у. «Передачи мяча в парах».
Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5—3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой
3.. Подвижная игра «Займи свободный кружок».
Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5 — 3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски.

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 13

Занятие 1-2

Задачи: Закреплять ведение мяча па месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, обручи по кол-ву детей

1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч
2.. Подвижная игра «У кого меньше мячей». Поощрять детей бросать мяч разными способами.
3. Игра «Ловишки с лентами»

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 14

Занятие 3-4

Задачи: Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 4 кегли.

1. Подвижная игра «Собачка» (8— 10 мин). Мячи можно перебрасывать любым способом. Надо показать детям отвлекающие действия при передаче (показывается прием ложной передачи).
2.Игра «Попади в кольцо».
Один мяч на команду. Дети, стоя в двух колоннах, бросают мяч в кольцо. Чья команда быстрее наберёт 10 попаданий ? Затем поменяться кольцами.
3.Игра «Ловишки с мячом»

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 15

Занятие 5-6

Задачи: Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли — передачи мяча. Упражнять в умении быстро реагировать на сигналы.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 2 — 3 флажка разного цвета.

1. И.у. «Передачи мяча в тройках».
Расстановка: один в центре с мячом, два по краям. Центральный передаёт мяч одному партнеру, ловит от него обратно, выполняет поворот на 180 , передаёт другому одной рукой от плеча на расстоянии 2—3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой
2. Подвижная игра «Займи свободный кружок» (8 мин). Учить детей играть в бодром темпе, передавать мяч разными способами: двумя руками от груди — на близкое расстояние, одной рукой от плеча — бросая дальше.

ЯНВАРЬ

НЕДЕЛЯ 16

Занятие 7-8

Задачи: Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, зелёный и красный флажки.

1. Игра «Собачка». Следить, чтобы дети принимали правильную стойку, применяли разные способы действия с мячом.
2. Подвижная игра «Мотоциклисты».
Роль ведущего выполняет ребенок. Движение по улице проходит в одном направлении. После 2—3 мин игры дети ведут мяч другой рукой. Игра проводится 5— 6 мин.

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 17

Занятие 1-2

Задачи: Закреплять у детей умение вести мяч по прямой, упражнять в ловле — передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, зелёный и красный флажки, обручи.

1. «Играй, играй, мяч не теряй» (3 мин). Во время игры дети выполняют разнообразные движения с мячом. После свистка воспитателя все должны принять правильную стойку баскетболиста. Однако не следует долго задерживать детей в таком положении. Воспитатель поправляет ошибки.

2. Подвижная игра «Мотоциклисты».

Роль ведущего выполняет ребенок. Движение по улице проходит в одном направлении. После 2—3 мин игры дети ведут мяч другой рукой. Игра проводится 5— 6 мин.

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 18

Занятие 3-4

Задачи: Формировать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесий и глазомера.

Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток.

1.И.у. «Три передачи»

Дети разбиваются по парам, выполняют 3 передачи с отскоком от пола, стоя на размеченных кружочках (ромбиках) на расстоянии 1,5м. друг от друга. Затем перебегают на следующие ромбики и также выполняют три передачи мяча.

2. Подвижная игра «Займи свободный кружок» Напомнить детям, какими способами можно передавать мяч. Можно показать отвлекающие действия с мячом, поощрять детей в их применении.

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 19

Занятие 5-6

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

Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 12 конусов, красный и зёленый флажок, обручи

1. Подвижная игра
«Мотоциклисты».

Роль ведущего выполняет ребенок. На свободном месте площадки выставляются конусы, мотоциклисты должны проехать, не задевая их. После 2—3 мин игры дети меняют руки.

2. Игра «Охотники и утки»

2 охотника, остальные – утки. Кто попал в утку - становится охотником.

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛЯ 20

Занятие 7-8

Задачи: Упражнять детей в ведении, передаче и ловле мяча. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве на площадке.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 20 конусов, 4-6 флажков разного цвета.

1. **Подвижная игра «Займи свободный кружок».**
Игра проводится с двумя мячами!!!
2.Броски мяча в корзину с места. Организуются три команды. Дети становятся в колонну против корзины на расстоянии 1,5—2 м. Они по очереди бросают мяч в корзину, ловят, передают его следующему, а сами становятся в конец колонны. Показать детям технику броска мяча двумя руками от груди. Требовать: не опускать голову при броске, смотреть в передний край кольца.

МАРТ

НЕДЕЛЯ 21

Занятие 1-2

Задачи: Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера. **Инвентарь**: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, сетка.

1.**Эстафета «ГОНКА МЯЧЕЙ»**
Дети стоят в двух шеренгах, лицом друг к другу. Необходимо передать мяч с одной лицевой линии до другой.
Указания: Отдал мяч следующему игроку – пробегаешь сзади участников и встаёшь последним с другого края. Чья команда выполнит задание быстрее. Повторить 2 раза.
2.Игра «Охотники и утки»
2 охотника, остальные – утки. Кто попал в утку - становится охотником.

МАРТ

НЕДЕЛЯ 22

Занятие 3-4

Задачи: Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Приучать помогать друг другу, воспитывать дружелюбие.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток

1. **Игра «Вызов по номерам»**
Дети стоят в двух кругах. Педагог называет номер игроков и они бегут с

ведением по круги и встают на своё место. Кто быстрее приносит очко своей команде.
2. **Подвижная игра «Охотники и утки»**
.

МАРТ

НЕДЕЛЯ 23

Занятие 5-6

Задачи: Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать, смелость» я решительность.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток

1.Игра «За мячом» Передавать мяч в бодром темпе, сопровождать его взглядом я руками. Бросать мяч точно партнеру.

2. Игра «Ловишки с мячом»
Один - ловишка, остальные убегают с ведением. Кого догнал, тот и становится ловишкой. Перед началом ловли ловишка должен поднять, мяч вверх, чтобы все знали, кто водящий. После 1 -2 мин игры деты переводят мяч на другую руку.

МАРТ

НЕДЕЛЯ 24

Занятие 7-8

Задачи: Закреплять, навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять, детой в разных действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить дружно играть. Быстро реагировать, па зрительные сигналы.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 3 ворот.

1. Игра «Ловишки с мячом»
Один - ловишка, остальные убегают с ведением. Подсчитывается количество пойманных за 1 минуту. Затем назначается новый ловишка из числа не пойманных.
2. И.у «Передачи мяча через одного».
Дети делятся на две команды (нечётное кол-во в каждой команде). Выполняют по сигналу передачи по кругу через одного.

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 25

Занятие 1-2

Задачи: Совершенствовать передачу и ловлю мыча, учить, бросать, мяч в корзину. Развивать, глазомер, ловкость, и координацию движений.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, по 2 маленьких мяча на каждого ребёнка.

1. Эстафета с ведением мяча правой и левой рукой.
2. Игра «Охотники и утки»
Дети делятся на две команды: «Охотники» и «утки. «Охотники располагаются по кругу, «утки» находятся внутри круга. Используя передачи, обманные движения, ведение мяча и броски, необходимо за определённое время выбить как можно больше «уток». Затем команды меняются ролями.

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 26

Занятие 3-4

Задачи: Совершенствовать, навыки бросания и ловли мяча. Учить, защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве **Инвентарь**: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток.

1. Эстафета с ведением мяча. Дети делятся на команды но 5-6 игроков и становятся по диагонали. Вокруг команды чертится круг. Воспитатель указывает направление передвижения. Игроки рассчитываются по порядку. Педагог называет номер (не по очереди), дети соревнуются, кто быстрее выполнит задание.
2. Игра «Ловишка с мячом»
«Довишка» догоняет детей и бросает в них мяч. Если попал, «ловишкой» становится другой.

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 27

Занятие 5-6

Задачи: Учить детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.
Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, 1 кегля

1.Игра «Мяч капитану» (10 мин).
В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться но всей площадке, не толкаться, выйти па свободное место для получения мяча.
2. Игра «Один, два свистка».
Дети с мячами встают в шеренги напротив друг друга. Педагог объясняет, что сигналом для одной команды будет один свисток, другой команды – два свистка. Раздаётся свисток – выполняем ведение на противоположную сторону, если свисток повторяется, то делаем поворот и ведение обратно.

АПРЕЛЬ

НЕДЕЛЯ 28

Занятие 7-8

Задачи: Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. **Инвентарь**: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток

1. **Броски мяча в корзину** с места двумя руками от груди (2 мни). Бросать мяч следует каждый раз с другого места.

2. Игра «Мяч капитану» (10 мин).

В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться но всей площадке, не толкаться, выйти па свободное место для получения мяча.

МАЙ

НЕДЕЛЯ 29

Занятие 1-2

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

Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, маленькие мячи, 2 куба, 2 баскетбольных мяча.

1. Передачи мяча в парах, двигаясь приставным шагом. Расстояние между игроками 2 м.

2**. Передачи в парах,** находясь лицом вперёд. Сначала игрок выполняет 2-3 удара, затем выполняет передачу.

3. Игра «Мяч капитану» (10 мин).

Капитан стоит на тумбе, держит корзину в руках и ловит ею мяч

В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться но всей площадке, не толкаться, выйти па свободное место для получения мяча.

МАЙ

НЕДЕЛЯ 30

Занятие 3-4

Задачи: Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования па площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.

Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток, флажок.

1.Игра «Попади в мяч». Играющие встают в 2 колонны. На расстоянии 4-5 метров на кубе лежит большой баскетбольный мяч.
У каждого из игроков по маленькому мячу. По указанию педагога ребенок выполняет бросок, стараясь сбить, большой мяч. Попавший в мяч имеет право на повторный бросок.
2.**Игра «Мяч капитану»** (10 мин).
Капитан стоит на тумбе, держит корзину в руках и ловит ею мяч
В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться но всей площадке, не толкаться, выйти па свободное место для получения мяча.

МАЙ

НЕДЕЛЯ 31

Занятие 5-6

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

Инвентарь: Корзина, мячи (диаметр 22-25 см) резиновые по количеству детей, свисток.

1. Игра «Попади в мяч». Играющие встают в 2 колонны. На расстоянии 4-5 метров на кубе лежит большой баскетбольный мяч.
У каждого из игроков по маленькому мячу. По указанию педагога ребенок выполняет бросок, стараясь сбить, большой мяч. Попавший в мяч имеет право на повторный бросок.
2.Игра «Мяч капитану» (10 мин).
Капитан стоит на тумбе, держит корзину в руках и ловит ею мяч
В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться но всей площадке, не толкаться, выйти па свободное место для получения мяча.

2.10 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Основными условиями, необходимыми для реализации доверительного взаимодействия с семьей воспитанников в процессе реализации проекта, являются следующие:

- изучение потребностей семей воспитанников;
- открытость руководителя кружка семье;
- ориентация педагога на работу с детьми и родителями.

Работу с родителями следует строить, придерживаясь следующих ***этапов.***

1. Продумывание содержания и форм работы с родителями. Проведение экспресс-опроса с целью изучения их потребностей. Полученные данные следует использовать для дальнейшей работы.
2. Установление между воспитателями и родителями доброжелательных отношений с установкой на будущее деловое сотрудничество. Необходимо заинтересовать родителей той работой, которую предполагается с ними проводить, сформировать у них положительный образ ребенка.
3. Формирование у родителей более полного образа своего ребенка и правильного его восприятия посредством сообщения им знаний, информации, которые невозможно получить в семье и которые оказываются неожиданными и интересными для них. Это может быть информация о некоторых особенностях общения ребенка со сверстниками, его отношении к труду, достижениях в продуктивных видах деятельности.
4. Совместное с взрослыми исследование и формирование личности ребенка. На данном этапе планируется конкретное содержание работы, выбираются формы сотрудничества.

Формы сотрудничества с родителями

- Привлечение родителей к созданию условий в семье способствующих наиболее полному усвоению знаний, умений, навыков, полученных детьми на кружке.
- Просветительскую работу с родителями в форме семинаров – практикумов, консультаций, викторин, наглядной информации.
- Анкетирование.

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом.

Организация фотовыставки проекта «Веселый мяч»

Наглядная информация для родителей:

• Папка «Мой весёлый звонкий мяч…» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)

• Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)

• Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)

• Пополнение картотек « Игры на улице».

3. Организационный раздел

3.1 Психолого-педагогические и кадровые условия

Кадровые условия:

- инструктор по физической культуре;
- воспитатели;
-медицинский работник;
-старший воспитатель;
-заместитель по АХЧ;
-музыкальный руководитель;

- заведующий.

3.2.Материально-техническое обеспечение Программы

Для решения поставленных задач создана и расширяется развивающая двигательная среда и среда познавательного плана – мячи всех размеров, картотека подвижных игр с элементами спортивных игр, дидактические игры, фотографии, иллюстрации, баскетбольные кольца, нетрадиционное оборудование.

Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

3.2.Организация развивающей предметно-пространственной среды

Для полноценного физического развития детей создана развивающая двигательная среда в соответствии с реализуемыми программами обучения и воспитания дошкольников.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки дошкольного учреждения является безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим.

Развивающая предметно-пространственная среда насыщенна, пригодна для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Развивающая предметно-пространственная среда выступает как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

Двигательная среда ДОУ оборудована в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС).

Материально-техническое обеспечение реализации Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания отвечает:

-санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;

-правилам пожарной безопасности;

-возрасту и индивидуальным особенностям развития детей;

-требованиям развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС ДО;

-оснащено учебно – методическим комплектом.

Оборудование и инвентарь:

1. Мячи:

-резиновые (малые, средние, большие) (по 15 шт.);

-малые пластмассовые (15 шт.);

-массажные резиновые (15 шт.)

-баскетбольные (3 шт.)

-волейбольные (2 шт.)

-футбольные (2 шт.)

2. Воздушные шарики (15 шт.)
3. Мелкие предметы для развития кисти руки:
   -мячики для пинг-понга
   -пластмассовые мячики
   -мячики для большого тенниса
4. Баскетбольные корзины (2 шт.)
5. Напольные корзины (4 шт.)
6. Шнур для натягивания (2шт.)
7. Волейбольная сетка (1 шт.)
8. Футбольные ворота (2 шт.)
9. Обручи (10 шт.)
10. Кубики (20 шт.)
11. Кегли (20 шт.)
12. Гимнастические скамейки (4 шт.)
13. Коврики (15шт)
14. Свисток (2 шт.)

Технические средства обучения:

-магнитофон;

-флеш-карта (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, эстафет, релаксации);

-флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы).

3.4 Информационно-методическое обеспечение

1. Адашкявичене Э.Й «Баскетбол для дошкольников» -М.,1983., «Спортивные игры и упражнения а детском саду» - М., 1992
2. Бальсевич В.К., Королева М.Н., Майорова Л.Т «Развитие быстроты и координации движений у детей 5-7 лет //Теория и практика физической культуры// 1986,№ 10»
3. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»- М, 2004
4. Зинин А. «Первые шаги в баскетболе», М.,1974
5. Стонкус С. «Мы играем в баскетбол» - М., 1984
6. Волейбол. Гандбол. Баскетбол: Организация и проведение соревновани по упрощенным правилам/ В.Ф. Мишенькина, О.С. Шалаев, И.А. Сучков; под общей ред. Г.Я.Соколова.- Омск: СибГАФК, 1998.-60 с.
7. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения.- Изд.2-е- М.: Физкультура и спорт, 2002.-136с.
8. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов с ссузов физической культуры.-М.: СпортакадемПресс, 2002.-279 с.
9. «Программа воспитания, обучения и развития в детском саду». Журнал «Дошкольное воспитание » №6 2003г.
10. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях» Д. В. Хухлаева.
11. «Играем в баскетбол» Л. Волошина, Т. Курилова. Журнал «Ребёнок в детском саду» №3 2003г.
12. «Программа воспитания и обучения детей в детском саду» (под редакцией М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой)