

Технология реализации программы по развитию двигательных навыков и умений дошкольников в процессе обучения подвижным играм с элементами баскетбола

Старшая группа

Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча	
<i>Первоначальное обучение действиям</i>	
<u>Сентябрь</u>	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 способом. 4. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками. Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».
<i>Углубленное разучивание действий</i>	
<u>Октябрь</u>	1. 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».
<i>Совершенствование навыков</i>	
<u>Ноябрь</u>	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	
<i>Первоначальное обучение</i>	
<u>Декабрь</u>	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 мячом об пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот.
<i>Углубленное разучивание</i>	
<u>Январь</u>	1. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. 2. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. 3. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
<i>Совершенствование</i>	
<u>Февраль</u>	1. Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой. 2. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол. 3. Ведение мяча, ударя ладонью по нему (произвольным способом).
Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину	
<i>Первоначальное обучение</i>	
<u>Март</u>	1. Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы

	ребенка (произвольным способом). 2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы. Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».
Углубленное разучивание	
<u>Апрель</u>	1. Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте. 2. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
Совершенствование	
<u>Май</u>	Игры «Метко в корзину», «Чья команда больше»

Подготовительная группа

Упражнения и игры с передачей мяча	
Первоначальное обучение	
<u>Сентябрь</u>	1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его. 2. Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами. 3. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами. 4. Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его. Игры: «10 передач», «Мяч водящему».
Углубленное разучивание	
<u>Октябрь</u>	1. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево). 2. Передача мяча в тройках, пятерках. 3. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны. Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».
Совершенствование	
<u>Ноябрь</u>	1. Передача мяча парами при противодействии защитника. Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».
Упражнения и игры с ведением мяча	
Первоначальное обучение	
<u>Декабрь</u>	1. Ведение мяча на месте. 2. Ведение мяча вокруг себя. 3. Ведение мяча, продвигаясь шагом. Игры: «Мотоциклисты», «Скажи, какой цвет».
Углубленное разучивание	
<u>Январь</u>	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.

<i>Совершенствование</i>	
<u>Февраль</u>	Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча».
Упражнения и игры с бросками мяча в корзину	
<i>Первоначальное обучение</i>	
<u>Март</u>	1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом. 2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) 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».
<i>Углубленное разучивание</i>	
<u>Апрель</u>	1. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки). 2. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.
<i>Совершенствование</i>	
<u>Май</u>	Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину». Сочетание действий: ловли – бросков мяча, ведения – бросков мяча, ловли – ведения мяча, ведения – передачи. Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»; игры в баскетбол по упрощенным правилам.