

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 402  
МБДОУ детский сад № 402  
620085 г. Екатеринбург, ул. Агрономическая, 52 тел. (343) 256-45-35,  
e-mail:detsad402@mail.ru  
ОКПО 12306891, ОГРН 1126679015462, ИНН/КПП 6679016080/667901001,  
сайт: <http://402.tvoyasadik.ru>

**ПРИНЯТА:**  
На заседании Педагогического Совета  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНА:**  
Заведующим МБДОУ детским садом № 402  
Приказ № 53 - о от «01» сентября 2023 г.  
Пешехонова Н. А.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

# «БАСКЕТБОЛ»

для детей 5 - 7 лет  
срок обучения 2 года

2023г.

## Содержание программы

<b>I раздел</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>3 - 10</b>
	1.1. Пояснительная записка.	3
	1.2. Цели и задачи реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	4
	1.3. Особенности содержания программы	5 - 6
	1.3.1. Задачи первого года обучения (5-6 лет)	5
	1.3.2. Задачи второго года обучения (6-7 лет)	5
	1.4. Методы и приемы освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»	6 - 8
	1.4.1 Методика обучения игре в баскетбол детей дошкольного возраста	7 - 8
	1.5. Правила игры для дошкольников	8 - 10
	1.5.1. Начало игры и розыгрыш спорного броска.	9
	1.5.2. Нарушение правил и наказание за них	9
	1.5.3. Начало игры и розыгрыш начального и спорного бросков	10
<b>II раздел</b>	<b>Содержательный раздел</b>	<b>10 - 17</b>
	2.1. Материально-техническое обеспечение Программы	10
	2.1.1. Оборудование площадок и инвентарь для игры	10
	2.1.2. Игры с элементами баскетбола	12
	2.2. Технология реализации программы по развитию двигательных навыков и умений дошкольников в процессе обучения подвижным играм с элементами баскетбола	13 - 17
<b>III раздел</b> <b>Организационный</b> <b>раздел</b>	3.1. Выявление уровня развития двигательных навыков на начальном этапе, оценка достигнутых результатов	18
	Список литературы	19

## **1. Целевой раздел.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

**Физическое воспитание** - одно из необходимых условий правильного развития детей. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения (плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, санках - велосипеде), а также элементы спортивных игр (**баскетбол, футбол, настольный теннис, бадминтон и др.**).

Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. В подготовительной к школе группе, кроме подбрасываний мяча разными способами, с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения (отбивания мяча), ловли, передачи (перебрасывания мяча друг другу), а также забрасывания мяча в корзину. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, ловкость, прыгучесть, сила. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка, готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросках мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. Необходимость принимать быстрые, разумные решения, правильно их реализовывать в игре способствует воспитанию уверенности, решительности. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия.

**Актуальность** программы в том, что она направлена не только на получение детьми знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

## **1.2. Цели и задачи реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»**

**Цель** программы дополнительного образования: обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья дошкольников, воспитание социально-активной личности через обучение игре в баскетбол.

Для достижения цели определены следующие воспитательные и образовательные **задачи**:

- формировать устойчивую привычку к систематическим занятиям/тренировкам;
- способствовать формированию активной творческой личности;
- развивать необходимые двигательные навыки;
- обеспечить развитие физических качеств (выносливость, быстрота, сила, ловкость, гибкость);
- помочь детям овладеть основами игры в баскетбол.

**Срок обучения** по программе: 2 года.

Дополнительная образовательная программа «Баскетбол» разработана на основании методического пособия Адашкявичене, Э. Й. Баскетбол для дошкольников.

Набор детей для обучения по Программе дополнительного образования по обучению игре баскетбол осуществляется согласно заявления родителей, с учетом состояния здоровья ребёнка. Формирование группы осуществляется в начале учебного года, согласно Уставу образовательной организации. Образовательная деятельность осуществляется с детьми 5-7 лет, имеющими желание заниматься данным видом спорта.

Количественный состав группы - 10-15 человек. Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями дошкольников и рассчитана на проведение 2 часов в неделю – 72 часа в год.

Периодичность проведения занятий – согласно сетке занятий, длительность – согласно возрастным особенностям дошкольников. Программа построена на основании современных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

### **1.3. Особенности содержания программы**

На первом году обучения - дети знакомятся с содержанием игры в баскетбол, её привалами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовки, как основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от обще подготовительных к наиболее специализированным упражнениям для баскетболиста.

На втором году обучения - через освоение более сложных приёмов и навыков, в том числе единоборств, через осмысление на практике соревновательной деятельности создаются предпосылки для изучения командных действий. Дошкольники осваивают новые способы ловли и передач мяча. Увеличивается объём и интенсивность упражнений. Особое внимание уделяется специализированным упражнениям. На занятиях делается акцент на освоение командных взаимодействий, слаженности в командной игре. Шире применяется соревновательный метод.

На протяжении всего обучения дети проходят два возрастных периода, на каждом из которых предусматривается решение следующих задач:

#### **1.3.1. Задачи первого года обучения (5-6 лет):**

1. Дать детям основы теоретических знаний.
2. Формировать у детей стойкий интерес к занятиям-тренировкам.
3. Способствовать разностороннему гармоничному развитию физических способностей детей, укреплению здоровья, закаливанию организма.
4. Воспитать специальные способности (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
5. Способствовать приобретению основных навыков и умений игры в баскетбол (перемещения, стойки, ловля, передачи, ведение и броскам мяча в корзину).
6. Привить навыки соревновательной деятельности.

#### **1.3.2. Задачи второго года обучения (6-7 лет):**

1. Осуществлять дальнейшее освоение основ теоретических знаний как основ здорового образа жизни.
2. Продолжать укреплять здоровье и закаливать организм детей.
3. Повысить общефизическую подготовленность дошкольников.
4. Обучить основам техники перемещений и стоек, ловле, передачам, ведению и броскам мяча в корзину.

5. Продолжать обучать основным навыкам и умениям игры в баскетбол.
6. Воспитывать навыки соревновательной деятельности по баскетболу.
7. Формировать у детей коммуникативных навыков.
8. Помочь детям овладеть индивидуальными и групповыми действиями в нападении и в защите.

#### **1.4. Методы и приемы освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»**

Наиболее действенными и эффективными методами и приёмами при обучении и воспитании дошкольников, являются:

1. общепедагогические методы – это словесные методы (объяснение, беседа, лекция, инструктирование, комментарии, замечания, команды, указания) и методы обеспечения наглядности (показ и демонстрация).

2. игровой метод – для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач (вырабатывает и обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств, самостоятельность, творчество, инициативу, целеустремлённость и другие ценные личностные и межличностные качества)

3. соревновательный метод – это способ выполнения упражнений в форме соревнований, для содействия воспитанию волевых качеств, характера и выявления максимальных двигательных способностей.

4. методы строго регламентированного упражнения - данные методы обладают большими педагогическими возможностями, их сущность заключается в том, что каждое упражнение или задание выполняется в строго заданной форме и с точно заданной нагрузкой. В работе с группой обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

Индивидуально-дифференцированный подход в обучении игре реализуется через использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные); увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2-х метров); постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 м до 2м); постепенное увеличение физической нагрузки (повторение действий с мячом от 4 до 10 раз).

**При обучении игре в баскетбол** используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка. Например, при передвижении по площадке (с мячом или без мяча) ребенок упражняется: в беге с ускорением и с изменением направления; в беге в сочетании с ходьбой и с прыжками; в беге с остановкой; в беге приставным шагом (вперед, спиной вперед, в стороны) и т. п. Броски мяча в высоко расположенную цель по структуре близки к действиям, которые ребенок совершает, стремясь достать высоко подвешенный предмет. Последнее рекомендуется как специальное упражнение для воспитания правильной осанки.

**Элементарные действия игры в баскетбол** могут широко использоваться в старших и подготовительных к школе группах детского сада. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижение благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление детей с баскетболом в доступной форме для создания общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом: они свободно его держат, передают, бросают; умеют следить за полетом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляется возможность формировать достаточно сложные действия с мячом: определять расстояние, траекторию полета мяча, его вес и упругость. Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий.

Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру: стойка, остановки, повороты, прыжки; и с передачей мяча: ловля, передача, ведение и броски в корзину.

#### **1.4.1. Методика обучения игре в баскетбол детей дошкольного возраста**

Процесс обучения двигательным действиям можно условно разделить на следующие этапы: первоначальное обучение, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование движений. На каждом из них ставятся определенные задачи, которые осуществляются при помощи соответствующих средств и методов физического воспитания. Очень важно обеспечить постепенное усложнение условий выполнения действий в зависимости от имеющихся у детей навыков обращения с мячом. Четкая последовательность и взаимосвязь средств и методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий. С детьми

дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы баскетбола в специально созданных условиях (вне игры) на месте, для чего подбираются легкие упражнения, которые имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими. Например, при обучении броскам мяча в корзину первым упражнением является обычная передача мяча, затем - выполнение передачи с высокой траекторией, далее передача мяча через различные высоко расположенные препятствия (сетка, веревка, планка) с попаданием в горизонтальную цель (щит баскетбольной корзины) и, наконец – броски непосредственно в корзину. Как видим, все эти упражнения включают бросок мяча; но условия его выполнения постепенно усложняются. При обучении приемам игры в баскетбол очень важно усвоить следующие главные элементы двигательных действий: при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом; при передаче и бросках мяча - овладение движением рук; при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом.

### **1.5. Правила игры для дошкольников**

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

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

**Судейство.** Воспитатель следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в корзину, разрешает споры.

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

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

**Правила проведения игры.** Воспитатель может менять игроков во время игры и во время перерыва. Мяч можно передавать, бросать или вести в любом направлении. Ударять по мячу кулаком или ногой запрещается. Случайное касание мячом ноги не является нарушением. Мяч считается вышедшим из игры, если он коснулся пола, игрока или предмета вне площадки. Мяч



считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если воспитатель сомневается, кто последний коснулся мяча, назначается спорный бросок. Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов, после чего он должен выполнить передачу, бросок или ведение. Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно.

**Нарушения.** Нарушением называется несоблюдение правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения мяч забрасывается в игру игроком противоположной команды. Забрасывание мяча в игру всегда производится из-за боковой линии, против того места на площадке, где было совершено нарушение.

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

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

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

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

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

**1.5.2. Нарушение правил и наказание за них.** Нарушением является несоблюдение правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения

мяч выбрасывается в игру членом пострадавшей команды. Вбрасывание мяча всегда производится из-за боковой линии против того места на площадке, где было совершено нарушение. За грубые нарушения правил игрок удаляется с площадки (с правом его замены) на 1—3 мин.

## **2.1. Материально-техническое обеспечение Программы**

**2.1.1. Оборудование площадок и инвентарь для игры.** Корзины надо использовать со щитом, длина которых 120 см., высота 90 см., внутренний диаметр корзин 45 см. Сетка должна иметь длину 40 см.

Корзины подвешиваются не ниже 180 см., не выше 200 см. над уровнем площадки. Щиты делаются из целого прочного дерева, поверхность их окрашивается белым цветом, а края обводятся красной линией шириной 5 см.

Мячи можно использовать разного веса и диаметра. При обучении ведению мяча лучше пользоваться надувными мячами. Детские резиновые мячи плохо отскакивают от пола, и, ведя их, дети прилагают большие усилия, что ведет к принятию неправильной стойки.

Наиболее удобная для игр с мячом площадка длиной 13 м., шириной 7 м. На площадке следует отметить боковые и лицевые линии и круг для розыгрыша спорных мячей в центре площадки диаметром 1,8 метра. Площадки могут быть разного покрытия, но лучше всего деревянные – их легко чистить, от них хорошо отскакивает мяч.

Проведение игры возможно и в спортивном зале детского дошкольного учреждения. Оборудование и инвентарь соответственно площадке.

### **2.1.2. Игры с элементами баскетбола**

□ *«За мячом»* 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 бросает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит вслед за мячом. Поймавший мяч также передает его напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра заканчивается тогда, когда все игроки возвратятся на свои места, а мячи — водящим. Выигрывает та команда, которая быстрее заканчивает игру.

□ *«Поймай мяч»* Дети делятся по трое. Двое из них располагаются друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч между собой. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удастся, он меняется местами с тем, кто бросил мяч. Можно предложить детям перед броском выполнить какое-либо движение: бросить мяч вверх, вниз, поймать его, вести мяч на месте и т. д.

□ *«Кого назвали, тот ловит мяч»* Дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

□ *«Борьба за мяч»* Дети делятся на равные по числу команды и располагаются на площадке для игры в произвольном порядке. Одному из играющих дается мяч. По сигналу дети стараются быстрее выполнить 5—10 передач между своими игроками. За каждую передачу команда получает очко (счет ведет воспитатель). Игра продолжается 5—8 мин. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Игроки каждой команды имеют отличительные знаки определенного цвета.

□ *«Мяч ведущему»* Дети делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1—3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

□ *«Мяч в воздухе»* Играющие образуют круг и становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук, водящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его водящий, бегая в середине круга, стремится дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, он меняется местами с игроком, который последний держал мяч в руках.

*«Перестрелка»* В середине площадки проводят линию, делящую ее пополам. В 15—20 шагах от центра с двух сторон чертят еще по одной линии (плен). Играющие делятся на две команды, которые свободно размещаются каждая на своем поле. Руководитель, стоя в середине площадки, перебрасывает мяч. Первой вступает в игру та команда, на стороне которой упадет мяч. Начинается перестрелка. Каждая команда стремится осалить мячом игроков другой команды. Осаленные идут за линию плена (на сторону противника).

Играющие не имеют права переходить за среднюю линию на поле противника. Игрок не считается осаленным, если он поймает мяч на лету, а также, если мяч попадет в него, отскочив от земли. Бегать с мячом и задерживать его в руках не разрешается. При нарушении правил мяч передается другой команде. Пленных можно выручать. Для этого надо перебросить мяч пленному (через поле противника) так, чтобы он поймал его,

не переходя линию плена. Тот, кому это удастся, считается освобожденным и возвращается на свое место.

Перед игрой воспитатель называет движение с мячом, которые дети могут выполнять.

□ *«10 передач»* Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча.

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

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

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

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

□ *«Пять бросков»* Дети располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины. По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом.

□ *«Мяч капитану»* Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке. Дети бросают мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану. Мяч можно вести, передавать товарищу по игре, нельзя бежать с ним.

□ *«У кого меньше мячей»* Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки (площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130—150 см). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей (рис. 38).

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

*Старшая группа*

<p><b>Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча</b></p>
<p><i>Первоначальное обучение действиям</i></p>

<u>Сентябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросание мяча вверх, и ловля его двумя (одной) руками.</li> <li>2. Бросание мяча вниз перед собой, и ловля его двумя (одной) руками.</li> <li>3. Перебрасывание мяча партнеру удобным способом.</li> <li>4. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.</li> </ol> <p>Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».</p>
<p><i>Углубленное разучивание действий</i></p>	
<u>Октябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол, и ловля его двумя руками.</li> <li>2. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком, и ловля его.</li> <li>3. Бросание мяча вверх с хлопком за спиной, и ловля его двумя руками.</li> </ol> <p>Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему».</p>
<p><i>Совершенствование навыков</i></p>	
<u>Ноябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.</li> <li>2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.</li> <li>3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.</li> <li>4. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).</li> </ol> <p>Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».</p>
<p><b>Упражнения, подготавливающие к ведению мяча</b></p>	
<p><i>Первоначальное обучение</i></p>	

<u>Декабрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары мячом об пол одной рукой, и ловля его двумя руками из положения стоя;</li> <li>2. Удары мячом об пол одной рукой, и ловля его двумя руками при ходьбе;</li> <li>3. Удар мячом об пол правой рукой, и ловля левой рукой и наоборот.</li> </ol>
<b><i>Углубленное разучивание</i></b>	
<u>Январь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.</li> <li>2. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.</li> <li>3. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).</li> </ol>
<b><i>Совершенствование</i></b>	
<u>Февраль</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.</li> <li>2. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.</li> <li>3. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).</li> </ol>
<b>Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину</b>	
<b><i>Первоначальное обучение</i></b>	
<u>Март</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).</li> <li>2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.</li> </ol> <p>Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».</p>
<b><i>Углубленное разучивание</i></b>	
<u>Апрель</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.</li> <li>2. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.</li> </ol>
<b><i>Совершенствование</i></b>	
<u>Май</u>	Игры «Метко в корзину», «Чья команда больше»

***Подготовительная группа***

**Упражнения и игры с передачей мяча**

***Первоначальное обучение***

<u>Сентябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку, и ловля его.</li> <li>2. Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.</li> <li>3. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.</li> <li>4. Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.</li> </ol> <p>Игры: «10 передач», «Мяч водящему».</p>
<b><i>Углубленное разучивание</i></b>	
<u>Октябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).</li> <li>2. Передача мяча в тройках, пятерках.</li> <li>3. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.</li> </ol> <p>Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».</p>
<b><i>Совершенствование</i></b>	
<u>Ноябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передача мяча парами при противодействии защитника.</li> </ol> <p>Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».</p>
<b>Упражнения и игры с ведением мяча</b>	
<b><i>Первоначальное обучение</i></b>	
<u>Декабрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча на месте.</li> <li>2. Ведение мяча вокруг себя.</li> <li>3. Ведение мяча, продвигаясь шагом.</li> </ol> <p>Игры: «Мотоциклисты», «Скажи, какой цвет».</p>
<b><i>Углубленное разучивание</i></b>	
<u>Январь</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.</li> <li>2. Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.</li> <li>3. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.</li> </ol>
<b><i>Совершенствование</i></b>	
<u>Февраль</u>	<p>Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча».</p>
<b>Упражнения и игры с бросками мяча в корзину</b>	

<b><i>Первоначальное обучение</i></b>	
<u><i>Март</i></u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.</li> <li>2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.</li> <li>3. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.</li> </ol> Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».
<b><i>Углубленное разучивание</i></b>	
<u><i>Апрель</i></u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).</li> <li>2. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.</li> </ol>
<b><i>Совершенствование</i></b>	
<u><i>Май</i></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.

**К концу 1года обучения дети должны знать:**

- какие бывают линии;
- поле и его линии.

**К концу года дети должны уметь:**

- действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
  - двумя руками снизу-вверх;
  - двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди, за спиной;
  - передача в парах двумя руками снизу;
  - передача в парах двумя руками из-за головы;
  - передача в парах двумя руками от груди;
  - метать мяч:



- с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
- с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками от груди;
- с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками из-за головы;
- в баскетбольный щит с места;
- в баскетбольный щит с ведением;
- в баскетбольный щит с передачей партнеру;
- отбивать мяч:
- на месте правой, левой рукой.
- на месте правой с передачей из правой руки в левую;
- поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
- правой, левой рукой с продвижением вперед.

**К концу 2 года обучения года дети должны знать:**

- историю баскетбола;
- правила игры в баскетбол;
- что такое штрафные броски;
- как правильно разыгрываются мячи;
- как правильно нападать и защищаться;

**К концу года дети должны уметь:**

- вести мяч:
- с продвижением вперед;
- приставным шагом;
- правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
- с изменением направления продвижения;
- бросать мяч в кольцо:
- двумя руками из-за головы;
- двумя руками от груди;
- двумя руками снизу;
- после ведения (с фиксацией остановки);
- одной рукой от плеча;
- одной рукой от плеча после ловли его от партнера.
- вести и передавать мяч парами с продвижением вперед (ходьба, бег).
- соблюдать правила в командной игре.

### **3.1. Выявление уровня развития двигательных навыков на начальном этапе, оценка достигнутых результатов**

*Сроки проведения педагогической диагностики: сентябрь, май.*

- Старшая группа

#### Методика 1

*Цель:* выявить умение детей действовать с мячом, реагировать на сигнал.

*I часть.* Игра «Играй, играй, мяч не теряй»; *II*

*часть.* Игра «Поймай мяч»; *III часть.*

Игра «Сбей кеглю». Методика

#### 2

*Цель:* выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения, а также проверить развитие ориентировки в пространстве, ловкости.

*I часть.* 1. Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке. 2. Ведение мяча с изменением направления передвижения.

*II часть.* Подвижная игра «Мотоциклисты».

*III часть.* Дети строятся в круг. В середине круга – мяч. Один ребенок, которого назначает взрослый, закрывает глаза, делает поворот кругом. Он должен, не глядя, пройти до мяча и попасть ногой (одним движением) в мяч.

#### Методика 3

*Цель:* проверить ведение мяча правой рукой и броски мяча в корзину.

Дети построены в 2 колонны, по 6 игроков в колонне напротив корзины, на расстоянии 10 м от них. Первые в колоннах ведут мячи ближе к корзинам, останавливаются и бросают в них мячи двумя руками от груди, ловят мячи, ведут обратно и передают следующим игрокам.

□ Подготовительная группа

1. Челночный бег на 30м (ловкость).
2. Прыжки в высоту с места (количественные показатели, сила).
3. Броски мяча в корзину с расстояния 3м (глазомер, сила), высота кольца – 2м.

### **Список литературы**

1. Адашквичене, Э. Й. Баскетбол для дошкольников - М.: Просвещение, 1983.
2. Волошина Л. Н., Курилова Т. В. Играйте на здоровье. Физическое воспитание детей 3 – 7 лет – М.: Издательский центр «Вентана – Граф», 2015.
3. Желобкович Е. Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. – М.: Издательство «Скрипторий 2003». 2010.
4. Николаева Н. И. Школа мяча. – С-П.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2012.
5. Петрусинский В. В., Розанова Е. Г. Игры для активного отдыха в процессе обучения. – М.: Владос, 2007.
6. Рунова М. А. Радость в движении. – М.: Издательский дом Воспитание дошкольника, 2004.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575845

Владелец Пешехонова Наталья Александровна

Действителен с 17.03.2021 по 17.03.2022

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 56329272446943365375691549892248362578707919141

Владелец Пешехонова Наталья Александровна

Действителен с 24.03.2023 по 23.03.2024