

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №1»**

Рассмотрено и рекомендовано
к использованию в работе»
на заседании тренерского (методического)
совета отделения Игровых видов спорта
Протокол № 3 от « 12 » ноября 2025 г.

**Методическая работа
«Обучение техники элементам игры в баскетбол для
дошкольников»**

Выполнил: Петрук Е.А. – тренер-преподаватель по баскетболу
МБУ ДО «ДЮСШ №1»

Алексин
2026 г.

Содержание

Введение	3
Основная часть	4
1. Теоретико-методические основы обучения детей дошкольного возраста элементам спортивной игры баскетбол	4
1.1. Значение и специфика влияния игр с элементами баскетбола на разностороннее развитие ребёнка дошкольника	5
1.2. Особенности методики обучения дошкольников игре в баскетбол	8
1.3. Формы, методы и приемы обучения	13
1.4. Методические рекомендации	19
1.5. Правила игры для дошкольников	22
1.6. Игры с передачей, ловлей мяча	23
Заключение	24
Список литературы	25

Введение

Физическое развитие играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создаётся фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. Освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр.

Баскетбол – спортивная игра. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлечённость ею.

Баскетбол – игра с мячом. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, броскам на дальность с места и с разбега, но также и в ходьбе, беге, прыжках. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма. Двигательные навыки, сформированные у детей до 7 лет, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе, облегчают овладение более сложными движениями, позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку.

Посредством разнообразных игр, игровых упражнений, заданий, эстафет дошкольники овладеют азами игры в баскетбол в условиях дошкольного учреждения.

Баскетбол – это командная игра, в которой совместные действия игроков обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метание, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре.

Баскетбол имеет большое значение и влияние на рост и развитие мозга ребенка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а

творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Кроме того, баскетбол, является отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. *Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом.* Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Цель: воспитание физически здорового ребенка средствами спортивной игры «баскетбол».

Задачи:

1. Образовательные:

- ознакомить с правилами спортивной игры «баскетбол»;
- формировать умения и навыки, необходимые при игре в баскетбол.

2. Воспитательные:

- содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
- воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

3. Оздоровительные:

- содействовать укреплению здоровья учащихся, формированию и поддержанию правильной осанки, профилактики плоскостопия;
- содействовать развитию быстроты, гибкости, ловкости, выносливости;
- развивать координационные способности и силу воли;
- профилактика заболеваний, стрессовых состояний;
- повышать умственную работоспособность.

Основная часть

1. Теоретико-методические основы обучения детей дошкольного возраста элементам спортивной игры баскетбол

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития совершенствуется нервная система ребенка: улучшаются подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов. Однако дети все еще быстро устают, при перегрузках возникает охранительное торможение. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью,

обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков, им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, но их сила и выносливость пока еще невелики.

Кроме сюжетно-ролевых игр у детей интенсивно развиваются и другие формы игры - режиссерские, игры-фантазии, игры с правилами. Игра продолжает оставаться ведущей деятельностью этого возраста.

После 5 лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети обмениваются информацией, планируют, разделяют и координируют функции. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское сообщество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

К концу старшего дошкольного возраста ребенок овладевает практически всеми видами физической активности. Ребенок способен легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры. Может легко освоить элементы спортивных игр. Способен относительно быстро ориентироваться в пространстве.

Также они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходя от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя.

Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения, самостоятельно выполнять многие его виды.

Также у детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

1.1 Значение и специфика влияния игр с элементами баскетбола на разностороннее развитие ребёнка дошкольника

Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают упражнения спортивного характера и игры с элементами спорта, овладение которыми является необходимым условием для разносторонней физической подготовленности детей. Известные ученые Т.И.Осокина, Э.С.Вильчковский, Э.Й.Адашкявичене неоднократно обращали внимание на значение игры в баскетбол для всестороннего развития ребенка. Баскетбол — популярная спортивная игра. За свою более чем вековую историю он снискал огромное число почитателей во всем мире. Присущие ему высокая эмоциональность и зрелищность, многообразие проявления физических качеств и двигательных навыков, привлекает интерес к этой игре у детей. Баскетбол состоит из: естественных движений (ходьба, бег, прыжки) и специфических двигательных действий без мяча и с мячом (остановки, повороты, передвижения приставными шагами, ловля, передача, ведение, броски). Противоборство, целями которого являются взятие корзины соперника и защита своей,

вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростносиловых и координационных способностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются практически все функциональные системы его организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижение спортивного результата требует целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себе, чувства коллективизма.

Эти психофизические качества имеют большое значение для укрепления здоровья, физического совершенствования детей, овладения широким кругом движений. Как указывают специалисты в области физического воспитания детей дошкольного возраста Т.И.Осокина, Л.Д.Глазырина, Д.В.Хухлаева, Э.С.Вильчковский, гармонично развитые психофизические качества играют решающую роль в играх и разнообразной деятельности детей при меняющихся условиях среды, способствуют появлению активности, самостоятельности, уверенности, самообладания. Ребенок играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, различными поворотами. Эти игры развивают ручную ловкость, глазомер, совершенствуют деятельность коры головного мозга. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений, так как дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность, но также в ходьбе, беге, прыжках. Упражнения с мячом способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В играх с мячом развиваются быстрота, прыгучесть, сила, так как ребёнку часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнёру или бросать его в цель, расположенную на значительном расстоянии. Упражнения с мячом являются эффективным средством развития ловкости, в том числе, ручной ловкости детей старшего дошкольного возраста. Ловкость, по определению А.В.Запорожца, - способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Н.А. Бернштейн, выдающийся физиолог, дает следующее определение ловкости: ловкость есть способность двигателью выйти из любого положения, то есть, способность справиться с любой возникшей двигательной задачей: правильно, быстро, рационально, находчиво. В играх с элементами баскетбола совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами баскетбола позволяют ребёнку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество. Воспитательно-образовательное влияние данной игры не ограничивается только уровнем развития двигательных действий детей, характерных для данной игры (передача, ловля и ведение мяча), изменения в технике, скорости, точности выполнения действий с мячом развивают у детей умение быстро

бегать, прыгать в длину и вверх с места. Упражнения в бросании, передаче мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила. У детей дошкольного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие точности двигательных действий. Упражнения и игры с мячами развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка, готовящегося к обучению в школе. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

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

1.2. Особенности методики обучения дошкольников игре в баскетбол

Достижения отечественных и российских учёных Э.С Вильчковского, А.И.Курка, Э.Й Адашкявичене, Т.И Осокиной, А.В Кенеман свидетельствуют, что дети пяти лет уже имеют готовность к овладению несложными элементами баскетбола на основе двигательных навыков, которые сформированы у них в процессе проведения подвижных игр в предыдущих возрастных группах. Игра в баскетбол - командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в баскетбол отличается от подвижных игр большей сложностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры - определенным временем. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются, разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь. Решающим условием обучения детей действиям с мячом является рациональность избираемой методики, которая строится на основе учета возрастных особенностей детей и их физической подготовленности. При этом в полной мере необходимо учитывать интересы и возможности детей, указывает Э. Й. Адашкявичене. Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения элементам игры в баскетбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые: - составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; - доступны детям старшего дошкольного возраста; - дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

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

методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий». На начальном этапе обучения целесообразно упражнять детей в разнообразных действиях, а также стимулировать свободные игры с мячом в самостоятельной двигательной деятельности, не ставя целью отработку техники этих действий.

Основной задачей обучения на этом этапе является формирование определённых умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения.

Обучение следует начинать в специально созданных условиях, а закреплять – в подвижных играх. Если упражнения с мячом подбираются и проводятся с учетом возможностей каждого ребенка, они способствуют не только более быстрому формированию навыков владения мячом, но также и общему развитию всех детей, как менее подготовленных, так и более сильных. На одном занятии необходимо предусмотреть от одного до трех видов основных действий с мячом и игры - большой интенсивности и малоподвижные. Количество упражнений и игр зависит от степени новизны и уровня их усвоения, а также от способов организации детей. Постепенное усложнение упражнений с мячом, создание новых, разнообразных условий действий с ним обеспечивают быстрое формирование широкого диапазона навыков владения мячом. Правильный, четкий показ действий с мячом, сопровождаемый кратким, доступным ребенку пояснением, способствует созданию правильных и точных представлений о движениях, вызывает желание выполнять их. При обучении детей упражнениям с мячом очень важно усвоить следующие главные элементы двигательных действий: - при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом; - при передаче и бросках мяча - овладение движением рук; - при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом. Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно.

Во вводной части занятия (длительность 4-5 мин) подбираются 1-2 упражнения с мячом, чаще всего игрового характера. Обычно эти движения являются сходными по своей структуре с основным движениями игр, которые проводятся в основной части занятия. Это дает детям возможность овладеть навыками действий с мячом в более стабильных условиях.

Основная часть занятий (8-10 мин) отводится подвижным играм, упражнениям с элементами соревнования, обеспечивающим высокую двигательную активность детей. В этой части занятия формируются навыки действий с мячом, а также умения применять их в игровых условиях. В заключительной части (3-5 мин) организм ребёнка приводится в относительно спокойное состояние при сохранении бодрого настроения, поэтому, проводится малоподвижная игра или игровое упражнение с мячами или без них. Очень важно научить детей правильно держать мяч. Исходное положение – держать мяч на уровне груди двумя руками. При этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук сбоку мяча, пальцы широко расставлены.

1. Ловля мяча. Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образовывая из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча и, как только мяч коснется кончиков пальцев, должен захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

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

3. Ведение мяча. На начальном этапе обучения детям пятилетнего возраста более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И наконец, ребенок осваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений, а также при противодействии другого игрока. При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно, согласованно, с передвижением.

4. Броски мяча в корзину. При обучении дошкольников броскам мяча в корзину, можно ограничиться привитием им навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и при передаче мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать им небольшую дугу вниз на себя и, выпрямляя руки вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы при этом мягким толчком направляют мяч в корзину. Бросок мяча в корзину после ведения или после ловли, когда ребенок получает мяч, выбегая к щиту, чаще всего производится одной рукой от плеча. Детей целесообразно учить бросать мяч одной рукой от плеча с фиксацией остановки. При броске одной рукой от плеча с места одна нога выставляется на полшага вперед. Мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе бросающей руки и придерживается другой рукой. Разгибая ноги с одновременным выпрямлением руки с мячом вверх - вперед, ребенок мягким толчком кисти направляет мяч в корзину. Д.В. Хухлаева рекомендует на начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка направлять на качество выполнения каждого движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть

только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70 % содержания занятия, мы удовлетворим желание детей играть. Эффективным является использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением.

Например, обучая ловле - передаче мяча, можно давать такое задание: чья пара (кружок) сделает больше передач, не роняя мяч на землю, не касаясь груди мячом.

Такие задания вызывают у детей желание добиться хороших результатов, содействуют поддержанию интереса. Они отвечают целям и задачам обучения и воспитания, доступны и понятны, интересны и эмоциональны, приближают действия к игровой ситуации. Игровая обстановка усиливает заинтересованность, активность детей, благодаря многократной повторяемости повышается эффективность выполняемых движений.

После овладения основными элементами изучаемого действия осуществляется углубленное разучивание. На данном этапе обучения отрабатывается точность выполнения движений с мячом, исправляются имеющиеся ошибки, формируется правильное ощущение навыка в целом. Здесь можно применять упражнения с элементами соревнования, направленные на точность выполнения движения, некоторые подвижные игры. Упражнения с элементами соревнования создают особый динамический и эмоциональный фон, стимулирующий максимальное проявление физических и волевых качеств ребенка, способствующий быстрому и правильному выполнению упражнений с мячом. Особенно важно, что они помогают избежать однообразной работы над техникой действия. Упражнения с элементами соревнования необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем между группами. После этого возможно проводить упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений. Ко времени проведения упражнений с элементами соревнований дети уже имеют определенные навыки обращения с мячом. Поэтому возможно применение самых простых индивидуальных игр, в которых каждый ребенок действует с мячом независимо от других игроков, а также игр, в которых большинство детей действует с мячом (например, «Кто водящий»). Они способствуют формированию навыков владения мячом в большей мере, чем игры, в которых вся группа (25 детей) играет с одним мячом. Игры такого характера повышают двигательную активность детей, особенно увеличивают количество действий с мячом.

Основная задача этапа закрепления и совершенствования действий с мячом заключается в создании устойчивых достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков. Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляются в основном в подвижных играх, включающих эти

действия. Соблюдая постепенное усложнение обучения, на данном его этапе проводят игры, в которых игровое действие разворачивается между несколькими группами (например, «Мяч водящему», «Займи свободный кружок»). В дальнейшем дети уже в состоянии играть в более сложные игры, в которых ведется счет между двумя командами («Мяч капитану», «Мяч ловцу»), а также и в баскетбол по облегченным правилам. На разных этапах обучения соотношение приемов показа и пояснения изменяется.

Например, на начальном этапе формирования передачи мяча, когда складываются общие представления о действиях с мячом, ведущую роль играет показ, который обязательно должен быть подкреплен объяснениями.

Поэтому в начале обучения передаче мяча целесообразно многократно демонстрировать ее на возможно более высоком уровне. Это создает у детей общее представление об изучаемом действии с мячом. Ведение мяча, броски в корзину и другие действия воспитатель сам показывает детям. А такие действия, как передача и ловля мяча, могут показать дети, наиболее хорошо усвоившие их. Тренер подчеркивает, на что необходимо обратить внимание. Несколько позже следует перейти к демонстрации передачи мяча в сочетании с объяснением, направляя внимание детей на более важные моменты действия: на исходное положение, а затем на бросок.

На этапе совершенствования передачи мяча в упражнениях и играх объяснение дают в виде кратких указаний: «Провожай мяч руками», «Передавай мяч на уровне груди партнера», «Опусти локти вниз». Э.И. Адашкявичене рекомендует при обучении использовать прием практического выполнения детьми движений вслед за воспитателем, например, передвижение в сторону приставным шагом. Некоторые несложные и знакомые упражнения с мячом они в состоянии выполнить по словесному указанию, например, бросать мяч вниз и ловить, перебросить мяч товарищу. При формировании действий с мячом Д.В. Хухлаева считает целесообразным применять определенные зрительно-чувственные ориентиры, информирующие ребенка о протекании движения и его результатах. Для сознательного отношения ребенка к действиям с мячом необходимо после разъяснения и показа дать ему возможность упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями детей в действиях с мячом формируется умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности. Ссылаясь на мнение Э.С. Вильчковского, процесс формирования действий с мячом в определенной мере обусловлен индивидуальными особенностями детей. Дети, у которых более координированные, точные движения, которые быстро реагируют на сигналы и умеют оценивать сложившуюся ситуацию на площадке, быстро овладевают правильной техникой действий с мячом. Им достаточно показать, объяснить и дать возможность потренироваться в действиях. В процессе дальнейших упражнений дети научаются не только правильно выполнять действия с мячом, но быстро и обдуманно применять разные их сочетания, подбирать действия, более соответствующие сложившейся обстановке на площадке.

Если ребенок невнимателен, не умеет сосредоточиться при выполнении учебных заданий, не проявляет активности, движения его вялые, медлительные, педагог должен найти индивидуальный подход к нему. Сначала надо стремиться заинтересовать ребенка физическими упражнениями. Для этого можно его подбадривать, выдвигать водящим (когда эта роль более легкая). Можно предложить ему упражняться с ребенком, технически правильно выполняющим движения, или при возможности тренеру надо самому показать ребенку то или иное движение.

В играх с элементами индивидуальных соревнований можно давать облегченное задание, уравнивающее его силы с другими детьми. С течением времени ребенок убеждается, что может не хуже других играть с мячом, это повышает интерес, привлекает его к более инициативному участию в играх и упражнениях. Главное, чтобы ребенок стал подвижнее, при необходимости боролся за мяч, старался помочь товарищу, попавшему в опасное положение, помогал выиграть очко. Заинтересованность играми и упражнениями с мячом вызывает в свою очередь необходимость внимательно выслушивать объяснение правил игры, техники выполнения движений.

По данным Л.А.Сварковской, хорошие результаты в ознакомлении детей со спортивными играми, в частности с баскетболом, дает использование дидактических игр о спорте. Такие игры способствуют развитию познавательных способностей, позволяют ребёнку наглядно представить каждый вид спорта, его своеобразие и красоту, а также способствуют обогащению эмоциональной сферы личности дошкольника, формируют для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Таким образом, очевидно, что занятия баскетболом способствуют развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных игровых ситуациях. Игра в баскетбол развивает соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывает товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи.\

1.3. Формы, методы и приемы обучения

Методы:

1. Наглядные - показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация. Определенное значение имеют методы ориентирования. С помощью предметных или условных ориентиров (например, линии разметки, мячи, переносные стойки, стулья, ориентиры на щите, разнообразные зрительные и звуковые сигналы и т.д.) ограничивают направление движения, сигнализируют о его начале или окончании, регламентируют смену направления, задают траекторию полета мяча и т. п.

Использование наглядных методов всегда должно сочетаться с разновидностями словесных. Это является одним из основных условий эффективности проведения учебных занятий.

2. Словесные - объяснение, название упражнения, указания, пояснения, команды, описание, анализ действия, оценка, вопросы к детям, словесные инструкции.

3. Практические - выполнение упражнений без изменений и с изменениями, практическое опробование, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме, выполнение упражнений в различных условиях.

Приемы: упражнение, игра.

На занятиях по баскетболу используют как общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия), так и специфические средства (физические упражнения).

Общепедагогические средства применяются практически на всех этапах обучения. Практическому освоению материала всегда предшествует сообщение определенной информации о предмете изучения.

Речь тренера-преподавателя должна отличаться конкретностью, лаконичностью, образностью, будить у занимающихся интерес и творческую активность. Создание четкого, верного представления об изучаемом техническом приеме или тактическом взаимодействии предполагает демонстрацию их рациональных образцов с помощью средств наглядности: учебных фильмов, фотоиллюстраций, макетов и схем, а также непосредственного показа изучаемых технико-тактических действий на площадке.

К специфическим средствам обучения относятся физические упражнения, которые подразделяют на вспомогательные и основные. Вспомогательные упражнения включают двигательные действия, создающие специальный фундамент для успешного овладения техникой и тактикой игры. К ним относятся упражнения других разделов программы: гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр. С их помощью решается задача, как разносторонней физической подготовки, так и развития специальных физических кондиций, необходимых при игре в баскетбол: быстроты, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, гибкости.

Основные упражнения направлены на овладение техникой и тактикой игры в баскетбол. К ним относятся также игровые задания, которые требуют эффективного воспроизведения технико-тактических действий в вариативных условиях противодействия, включая игровое противоборство. При овладении техникой игры используют упражнения с выполнением игровых приемов в целом и по частям (по разделениям).

На занятиях по баскетболу широко применяются подводящие упражнения. На этапе совершенствования эффективны упражнения сопряженного характера, которые предполагают выполнение изученных технических действий в режиме, стимулирующем одновременное развитие специальных физических качеств или освоение тактики игры.

Упражнения по тактике, основу которых составляют игровые приемы и их сочетания, способствуют физическому и умственному развитию.

Изученные игровые приемы и технико-тактические действия закрепляются в подвижных играх, адаптированных к баскетболу. А в

дальнейшем шлифуются в подготовительных, учебных и контрольных играх, ориентированных на приобретение навыков целостной игровой деятельности. Эти средства комплексного воздействия в занятиях баскетболом наиболее эмоциональны, а соответственно особенно популярны у занимающихся.

Прежде чем приступить к игре в баскетбол, необходимо соблюсти следующую последовательность упражнений, подводящих к освоению этой игры: обучение стойки баскетболиста, технике перемещения и удержания мяча, передачи мяча, ловля мяча, ведения мяча; бросание мяча в корзину (с места, в движении).

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки.

Техника перемещений

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки.

Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами, приставным шагом.

Дети часто стоят на прямых, плотно сжатых ногах. Такая постановка не обеспечивает устойчивого положения, поэтому они часто теряют равновесие в последующих действиях. Следует научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча. *Она состоит в следующем: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна нога выставлена на полшага вперед. Тело направлено вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги. Руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу.*

Упражнения для овладения техникой перемещений

1. Дети разбегаются по площадке с мячом в руках. Они свободно играют на площадке, выполняют разные движения с мячом; после сигнала воспитателя быстро ловят мяч и принимают правильную стойку.

2. Дети становятся в круг. Все бегают по кругу, по сигналу принимая правильную стойку. Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ребенок должен ставить ногу на всю стопу.

Перемещения приставным шагом.

Передвижение приставными шагами заключается в лёгких и лаконичных движениях.

Участник постоянно находится в полусогнутом состоянии, перенося массу тела на опорную ногу. Первый шаг должен быть чётким и осуществляться со стороны движения, второй — скользящий, без прыжка, как бы подтягивая вторую ногу к опорной. Подобное маневрирование по площадке обеспечивает спортсмену скорость, гибкость движения и готовность к резким скачкам и выпадам.

ОШИБКИ: При приставном шаге недопустимо скрещивание ног, т. к. снижает скорость и пластичность баскетболиста.

Упражнения

1. Дети без мячей распределяются по кругу, лицом к его середине, на расстоянии 2-3 шагов друг от друга. Они передвигаются приставными шагами в сторону, указанную воспитателем. Воспитатель часто меняет направление передвижения.

2. Дети встают в 2-3 колонны на расстоянии 2-3 м одна от другой. Колонны медленно движутся вперед обычным шагом; после сигнала воспитателя стоящие первыми передвигаются приставным шагом лицом к своей колонне в ее конец и становятся последними.

3. Для совершенствования приставного шага защитника применяется игра «Коршун, наседка, цыплята».

Остановки

Детей дошкольного возраста следует обучать остановке двумя шагами. Остановка начинается с энергичного отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг и, немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг. При обучении остановкам следует придерживаться такой последовательности: остановка после ходьбы шагом, затем после медленного бега, после быстрого бега и внезапная остановка.

Повороты

- Повороты осуществляются вперед или назад.
- Выполнение поворота производится за счет переноса тяжести тела с впереди-стоящей ноги на сзади стоящую (опорную), отталкивания и переступания впереди стоящей с одновременным вращением на опорной;
- Выполнение движения на согнутых ногах.

Удержание мяча.

Прежде всего необходимо выработать у детей определенные умения обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить движения в соответствии с ними. Поэтому на начальном этапе обучения целесообразно упражнять детей в разнообразных действиях, а также стимулировать свободные игры с мячом в самостоятельной двигательной деятельности, не ставя целью отработку техники этих действий.

Большое значение имеет правильное удержание мяча.

Правила держания мяча:

- мяч на уровне груди;
- руки согнуты, пальцы широко расставлены;
- локти вниз, мышцы рук расслаблены.

От уровня владения мячом зависит темп выполнения упражнений и протекание **игры**. Следовательно, основное внимание должно обращать на технику удержания и выполнения действий с мячом.

Формирование чувства мяча. При формировании действий с мячом необходимо, чтобы ребенок почувствовал мяч как часть своего тела, научился легко и точно управлять им.

Детей необходимо познакомить с некоторыми свойствами мяча, показав, что высота отскока зависит от прилагаемой к мячу силы, дальность броска – от веса мяча, а также от прилагаемой к нему силы. Затем воспитатель предлагает поиграть с мячом, бросая его вверх, вниз, перебросить с одной руки в другую и т. д. В упражнениях дети привыкают к мячу, учатся управлять им. При обучении дошкольников игре в баскетбол применяются обычные большие резиновые мячи.

Обучение техники ловли – передачи мяча

Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образовывая из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча, и как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, он должен захватить его и притянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

Правила ловли мяча:

1. Мяч ловить кистями рук, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу.

2. Не задерживая мяч в руках, быстро передавать его.

Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей **передаче** его двумя руками с места, а в дальнейшем в движении. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к туловищу - вниз - на грудь и, разгибая руки вперед, от себя послать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги.

Правила передачи мяча:

- локти вниз;
- мяч бросать на уровне груди партнера;
- мяч сопровождать взглядом и руками.

Примерные упражнения, подготавливающие к обучению техники передачи – ловли мяча.

1. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его одной и двумя руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками.
4. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
5. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
6. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
7. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
8. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
9. Дети встают в две шеренги, лицом друг к другу на расстоянии 2-3 м. Дети в парах передают мяч друг другу.
10. Построение то же. Мяч держит один ребенок из первой шеренги. Он передает мяч напарнику из второй шеренги, тот возвращает мяч в первую шеренгу. Второй ребенок из первой шеренги бросает мяч ребенку второй

шеренги, стоящему напротив, и т. д. Последний ребенок, поймав мяч, бежит вперед и становится первым в своей шеренге.

11. Трое детей встают треугольником. Они поочередно бросают мяч друг другу.

12. Трое детей встают треугольником, у них один мяч. Дети передают мяч друг другу. После передачи ребенок перемещается на место того, кому бросил мяч.

13. Игра «Не давай мяч водящему» 5-7 минут

Один из играющих – водящий. В начале игры он находится на середине площадки. Остальные игроки размещаются на площадке в произвольном порядке и, бегая, перебрасывают один другому баскетбольный (волейбольный) мяч. Водящий старается завладеть мячом. С того места, где ему удалось поймать мяч, он бросает мяч в любого игрока. В случае попадания игрок становится водящим, а прежний водящий участвует в игре наравне со всеми. Игроки, побывавшие меньшее число раз в роли водящего, побеждают.

Ведение мяча.

На начальном этапе обучения детям шестилетнего возраста более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И, наконец, он легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений.

При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняясь несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно.

Основные ошибки: дети бьют по мячу расслабленной ладонью; многие пытаются вести мяч прямо перед собой, что мешает передвижению вперед.

Правила ведения мяча:

1. Не бить по мячу, а толкать его вниз.
2. Вести мяч спереди – сбоку, а не прямо перед собой.
3. Смотреть вперед, а не вниз на мяч.

При обучении ведению мяча целесообразно вначале использовать подготовительные упражнения: отбивание мяча обеими руками, отбивание правой и левой рукой на месте, ведение на месте попеременно правой и левой рукой. После того как ребенок научится контролировать мяч обеими руками достаточно уверенно, можно перейти к ведению в движении сначала шагом, потом бегом.

Упражнения для обучения технике ведения мяча:

1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой.
2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой.
3. Ведение мяча вокруг себя
4. Ведение мяча змейкой
5. Челночное ведение
6. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения

7. Группа располагается по 6 человек, и подгруппы размещаются по всей длине площадки. Первый игрок ведет мяч ко второму, передав мяч, сам остается на его месте; второй ведет мяч к третьему и выполняет то же самое. Последний – возвращается на место первого.

8. Дети строятся в колонны по 4-6 человек. Напротив, каждой колонны выставляются кегли на расстоянии 1-2 м друг от друга. После сигнала воспитателя дети ведут мяч, обходя первую кеглю справа, вторую слева. Обратно ведут мячи по прямой, передают

Обучение технике броска мяча в корзину.

При обучении дошкольников броскам мяча в корзину, можно ограничиться привитием им навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же положения, как и при передаче мяча.

Бросок мяча в корзину после ведения или после ловли его, когда ребенок получает мяч выбегая к щиту, чаще всего производится одной рукой от плеча. Дошкольников целесообразно учить бросать мяч одной рукой от плеча с фиксацией остановки.

Правила броска мяча в корзину:

- бросая мяч, не опускать голову;
- бросать по высокой траектории.
- смотреть в передний край кольца, если бросаешь стоя прямо перед корзиной. Если находишься не по прямой перед корзиной, бросай с отскоком от щита – прицеливайся в ту точку, в которую хочешь попасть мячом.

Упражнения для обучения броскам мяча в корзину:

1. Дети строятся в две колонны по 4-6 человек в каждой, напротив одной корзины. Одна колонна занимает место с левой стороны корзины, другая – с правой. Стоящие первыми выполняют бросок, ловят мяч и становятся в конец своей колонны. То же повторяют следующие дети.
2. 5-6 детей свободно располагаются напротив корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя дети бросают мяч, стараясь как можно чаще попасть в корзину.

Сначала тренер показывает и объясняет детям правила прицеливания, потом предлагает им добросить мяч до щита, затем дает задание перебросить мяч через высоко подвешенную сетку, веревочку и т. д. (150-170 см). Когда они научатся просто добрасывать мяч до корзины, надо предложить попасть в нее любым способом. Целесообразно постепенно увеличивать высоту. Удобна стойка с изменяющейся высотой кольца.

1.4. Методические рекомендации

С детьми дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы баскетбола в старшей группе в специально созданных условиях, для чего подбираются легкие упражнения, которые имеют существенное сходство с

основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими.

В начале обучения внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения каждого движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. В дальнейшем можно применять упражнения с элементами соревнования. Их необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем – между группами.

Обучать ловле мяча следует после того, как дети научатся правильно стоять, держать мяч, передвигаться по площадке. Вначале детей нужно научить ловить мяч двумя руками на уровне груди. Ребята должны освоить положение пальцев при ловле мяча после отскока от пола, от стены, после броска вверх и в других упражнениях. Затем осваивается ловля мяча одновременно с передачей его двумя руками от груди. Дошкольники учатся ловить и передавать мяч, передвигаясь сначала шагом, а затем бегом.

При обучении ведению мяча целесообразны подготовительные упражнения: отбивание мяча обеими руками, отбивание правой и левой рукой на месте, ведение мяча на месте правой и левой рукой, ведение на месте поочередно то правой, то левой рукой и т. д., которые позволяют освоить способ накладывания руки на мяч.

После того как ребенок научится контролировать мяч обеими руками достаточно уверенно можно перейти к ведению в движении сначала шагом, потом бегом. Вначале осваивается ведение мяча по прямой, затем – с изменением направления, скорости передвижения, высоты отскока мяча и при противодействии условного противника.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передачи мяча. Для овладения бросками мяча в корзину целесообразно провести подготовительное упражнение: бросать мяч через препятствие (веревка, планка, сетка и т. д.). Когда дети научатся просто добрасывать мяч до корзины, им надо предложить попасть в нее тем или иным способом.

Подвижные игры с мячом.

«Играй, играй мяч не теряй».

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

Описание игры. Все дети располагаются на площадке и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

Варианты. После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста.

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

Игры с передачей, ловлей мяча.

«10 передач».

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

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

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

«Обгони мяч».

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

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

«За мячом».

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

Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна против другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. После сигнала водящий передает мяч напротив стоящему в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мячом. Поймавший тоже передает мяч напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернуться на свои места, а мячи не окажутся у водящих.

Методические указания. Дети быстрее поймут, куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигать вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросали мяч.

Игры для обучения ведению мяча.

«Ловец с мячом».

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

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

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

Игры с бросками мяча в корзину.

«Пять бросков».

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

Описание игры. Дети располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины. По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом.

1.5. Правила игры для дошкольников

1. Цель игры.

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

2. Участники игры.

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

3. Судейство.

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

4. Время игры.

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

5. Счет игры.

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

6. Правила проведения игры.

Тренер 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.

7. 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.

8. 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.

9. Правила поведения.

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

1.6. Игры с передачей, ловлей мяча

«10 передач». Цель. Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения.

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

Варианты. 1. Пара, уронившая мяч, выходит из игры. Выигрывают те дети, которые дольше удерживают мяч. 2. Выигрывают те пары, которые быстрее сделают 10 передач, не роняя мяч на землю.

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

«Мяч водящему». Цель. Учить детей передавать мяч двумя руками от груди и ловить его, развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Ход игры. Дети делятся на несколько групп, образуют круги. В центре каждого круга – водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга, водящий поднимает его вверх. Побеждает команда меньшее количество раз, уронившая мяч.

Варианты: побеждает команда, быстрее всех закончившая и не уронившая мяч.

«Мяч соседу!». Играют на площадке или в зале. Для игры требуется 2 волейбольных мяча. Участники становятся в круг, мячи находятся на противоположных сторонах круга. По сигналу тренера игроки начинают передавать мяч в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Участник, у которого одновременно окажутся оба мяча, проигрывает. Затем мячи передаются на противоположные стороны, и игра продолжается.

После игры отмечают участники, которые хорошо передавали мяч. Игрок, уронивший мяч, должен его взять, встать на свое место и продолжить игру. Во время передачи мяча нельзя пропускать игроков.

«Поймай мяч». Цель. Учить детей передавать мяч одной рукой от плеча, воспитывать умение приходить на помощь товарищу.

Ход игры. Дети делятся по три. Двое из них становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч друг другу. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если ему это удаётся, он меняется местами с тем, у кого он забрал мяч. Методические указания. Дети, передающие мяч перед броском его товарищу, могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросить его вверх.

«Займи свободный кружок». Цель. Учить детей передавать и ловить мяч, развивать ориентировку на площадке, воспитывать уважение к товарищам по игре.

Ход игры. Все дети, кроме водящего, становятся в кружки (50см), начерченные на земле в разных местах на расстоянии 1,5 – 2м друг от друга. Находящиеся в кружках, перебрасывают мяч друг другу. Водящий, находясь между кругами, старается поймать мяч на лету или хотя бы коснуться его рукой. Тогда звучит свисток. По сигналу игроки, стоящие в кругу меняются местами, а водящий старается занять один из кругов. Кто не успеет занять круг, становится водящим.

Побеждают те дети, которые ни разу не были водящими.

«Обгони мяч». Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

Ход игры. Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала тренера 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.

Заключение

Для детей старшего дошкольного возраста характерна высокая потребность двигательной активности. Самостоятельность, уверенность в

себе, чувство удовлетворения являются хорошими стимулами для целенаправленной двигательной активности старших дошкольников. Обучение детей игре баскетбол способствует расширению арсенала сложных видов движений и способов их выполнения, а также совершенствуют некоторых элементов техники выполнения. Игра баскетбол помогает достичь сравнительно высоких результатов в выполнении разнообразных движений, которые ребенок способен совершать в различном темпе. Большая популярность игры баскетбол обуславливается: простотой движений и доступностью, вариантность движений довольно высока, что проявляет большой интерес у детей.

Список литературы

1. Дети и здоровье. - (Материалы научно-практической конференции по проблемам физического воспитания) Омск, ОГИФК, 1993г.
2. Журналы //Дошкольное воспитание//, 1993г. № 2,3,9; 1996г. №11
3. Иова Е. П., А. Я. Иоффе, О. Д. Головчинер. - Утренняя гимнастика под музыку. - М.: Просвещение, 1977г.
4. Иова Е. П., А. Я. Иоффе, О. Д. Головчинер Утренняя гимнастика под музыку. - М.: Просвещение, 1984г.
5. Лескова Г. П., Буцинская П. П., Васюкова В. И. Общеразвивающие упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1981г.
6. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1978г.
7. Раевская Е. П., Руднева С. Д. и др. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1991г.
8. Теория и практика физической культуры (Научно-теоретический журнал) №11, 1990г.
9. Физическая подготовленность дошкольников. Сборник научных трудов. М.: - 1988г.
10. Б. Эрбах, У. Польстер Гимнастика круглый год. - Мн.: Полымя, 1984г.
11. Интернет ресурсы.