

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 20 «Теремок»**

Согласовано:

Педагогическим советом

Протокол заседания от 2.08.2022 г. № 2

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 20 «Теремок»

Тер-Акопян К.А.

Приказ от 31.08.2022 г. № 42/1



**Программа дополнительного образования
по проведению занятий в спортивных и физкультурных секциях
для детей 5-7 лет
«Юный баскетболист»**

с. Чалтырь

Наименование дополнительного образования	Программа дополнительного образования по проведению занятий в спортивных и физкультурных секциях для детей 5-7 лет «Юный баскетболист».
Основание для разработки программы	<p>1. Конституция РФ (ст. 43,72).</p> <p>2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ.</p> <p>3. Постановление Правительства РФ от 05.07.01 г. № 505 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг» (с изм. От 01.04.03).</p> <p>4. Приказ Минобрнауки «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам дошкольного образования» от 30.08.2013г. №1014.</p> <p>5. Письмо Минобрнауки от 02.06.98 г. № 89/34-16 «О реализации права дошкольного образовательного учреждения на выбор программ и педагогических технологий».</p> <p>6. Письмо Минобрнауки РФ от 14.03.00 г. № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».</p> <p>7. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28 сентября 2020 года № 28.</p>
Исполнители программы	Педагогический работник, отвечающий за реализацию программы
Цель программы	повышение уровня физической подготовленности воспитанников через обучение элементам игры «Баскетбол».
Задачи программы	<p>Образовательная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать технику владения мячом, добиваясь естественности, легкости, точности, её выполнения; - стимулировать детей к самостоятельной ежедневной двигательной деятельности; - обогатить представления воспитанников об игре «Баскетбол».

	<p>Развивающая:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повысить уровень физической подготовленности посредством использования (проведения) игровых упражнений с элементами игры «Баскетбол». <p>Воспитательная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать выдержку, организованность, самостоятельность, проявления инициативности.
Ожидаемые конечные результаты	<p>К концу учебного года у детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформирована техника владения мячом, точность её выполнения в самостоятельной ежедневной двигательной деятельности; - повышен уровень физической подготовленности; - развиты выдержка, организованность, самостоятельность, проявления инициативности.
Организация контроля за реализацией Программы	<p>Контроль за реализацией программы осуществляет Заведующий ДОУ Заместитель заведующего</p>
Срок реализации Программы	2 учебных года

№ п/п	Содержание	
I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1	Пояснительная записка	5
1.1.1	Цель и задачи Программы	8
1.1.2	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	8
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	13
1.2.1	Целевые ориентиры дошкольного образования	13
1.2.2	Целевые ориентиры образования на этапе завершения дошкольного образования	13
1.2.3.	Педагогическая диагностика	14
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Описание образовательной деятельности и содержание Программы	17
2.2.	Комплексно-тематическое планирование	25
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	30
3.2.	Объем образовательной нагрузки (учебный план)	31
3.3.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	31
IV.	ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
4.1.	Контроль за реализацией программы	32
	Список литературы	33

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Движение – средство гармоничного развития личности. Это не только путь к здоровью, но и к развитию интеллекта.

Развитие двигательных умений и качеств имеют значительный диапазон и зависят не только от индивидуально-типологических особенностей ребенка, но и от условий воспитания: режим дня, бодрствования, питания, занятия гимнастикой.

Игровая деятельность в сочетании с дополнительными физическими нагрузками дают положительный оздоровительный эффект, который проявляется в снижении заболеваемости детей, повышении и улучшении физического здоровья и физической подготовленности.

Борьба с гиподинамией в детстве – важное звено в первичной профилактике ожирения, атеросклероза, остеохондроза, ишемической болезни сердца и других хронических неспецифических заболеваний взрослых. Чем раньше будут приняты меры к сохранению и укреплению здоровья, тем они будут эффективнее.

Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четкость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма.

Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения (плавание, ходьба на лыжах, катание на санках, велосипеде, коньках), а также элементы спортивных игр (баскетбол, футбол, настольный теннис, бадминтон).

Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Актуальность

В настоящее время имеются недостаточные возможности заниматься физической культурой и спортом или просто быть физически активными в повседневной жизни. Эффективность физического воспитания невысока: слабо формируются двигательная культура, интерес и мотивация к занятиям физической культурой.

Да, индекс здоровья воспитанников растет, увеличилось число воспитанников ни разу не болевших в течение года, снизилось число дней (на 1 ребенка) пропущенных по простудным заболеваниям. Но при этом необходимо отметить, что эти достижения не носят стабильный характер неизменного улучшения. Так же не стабильны и другие показатели здоровья воспитанников в детском саду, что свидетельствует о необходимости создания программы, непосредственно направленной не только на оздоровление воспитанников, но и на приобщение детей к физической культуре и спорту, как основополагающим аспектом здоровой и полноценной жизни дошкольников.

Проблема повышения эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста, является чрезвычайно важной, та как именно в этот возрастной период закладываются основы физического потенциала человека, образ его будущей жизни. Какое место в системе ценностей займет физическая культура, станет ли она составной частью общей культуры личности решается в первые 5-7 лет.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья в разных регионах Российской Федерации и, в частности, в Ростовской области.

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

Очевидно значение спортивных игр для всестороннего развития ребенка, его физической подготовленности. Однако следовало выбрать ту игру, которая позволила в большей степени добиться высокого уровня развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста.

Выбор остановлен на спортивной игре «Баскетбол». Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. Дети упражняются не только в ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но и в ходьбе, беге, прыжках в высоту. Это способствует формированию у детей умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Упражнения с мячом оказывают положительное влияние на развитие такого

способности к точности в движении. Кроме того, эта игра может проводиться в физкультурном зале ДОУ, что делает ее актуальной в региональных климатических условиях.

Данная программа рассчитана для детей 5-7 лет, которые вскоре переступят порог школьного образовательного учреждения. После освоения запланированного материала, дети смогут продолжить заниматься в секции по баскетболу, т.е. дальше развивать свои способности, имея первоначальную базу

Программа предполагает перспективное планирование каждого занятия, а также использование физкультурных пособий, инвентаря, индивидуальных и групповых карточек – заданий, объединение в играх детей с разным уровнем развития и физической подготовленности (гибкость, сила, равновесие скоростно-силовая).

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

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Разумеется, о настоящем спорте в дошкольном возрасте еще рано говорить, но различные виды игр и развлечений с элементами спорта вполне доступны детям 5 – 7 лет.

Проблемы и противоречия

Проблема воздействия игр с элементами спорта на развитие двигательных способностей детей, аспекты обучения элементам этих игр, построенного с учетом уровня развития и исходных данных физического состояния каждого ребенка, а также конкретных природных условий нуждается в дальнейшей разработке

Необходимость изменений в организации и содержании обучения дошкольников 5-7 лет играм с элементами спорта подтверждается и изучением практики работы дошкольных учреждений. С.Б. Шарманова, А.И. Фёдоров анализируя возрастные особенности дошкольников, условия реализации физического воспитания в дошкольных учреждениях, пришли к определению: спорт в дошкольном воспитании – это активное использование спортивной деятельности, спортивных технологий, соревнований и элементов спорта в образовательном процессе с целью формирования спортивной культуры.

Исходя из этого, возникла идея: создать и внедрить в образовательный процесс ДООУ программу дополнительного образования, через обучение детей элементам игры «Баскетбол», которая будет направлена и на оздоровление и на обогащение двигательного опыта детей.

1.1.1. Цель и задачи реализации Программы

Цель:

повышение уровня физической подготовленности воспитанников через обучение элементам игры «Баскетбол». Задачи:

Образовательная:

- совершенствовать технику владения мячом, добиваясь естественности, легкости, точности, её выполнения;
- стимулировать детей к самостоятельной ежедневной двигательной деятельности;
- обогатить представления воспитанников об игре «Баскетбол».

Развивающая:

- повысить уровень физической подготовленности посредством использования (проведения) игровых упражнений с элементами игры «Баскетбол».

Воспитательная:

- совершенствовать выдержку, организованность, самостоятельность, проявления инициативности.

1.1.2. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы

Характеристика образовательного учреждения

Учредитель	<i>Отдел образования Мясниковского района</i>
------------	---

Тип образовательного учреждения	Дошкольное образовательное учреждение
Наименование образовательного учреждения	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 20 «Теремок»
Вид	Детский сад
Статус учреждения	Муниципальное
Юридический адрес	Российская Федерация, Ростовская область, Мясниковский район, село Чалтырь, ул. Гайламазяна 19/2

В том числе характеристика особенностей детей дошкольного возраста:

ряд видов деятельности, таких как игровая, включая игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста (5лет – 7 лет)

5 лет- 6 лет	<p>Движения шестилетнего ребенка более осознаны и носят преднамеренный характер. У него развивается способность понимать задачу инструктора, выполнять указания, определяющие заданный способ.</p> <p>Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются понять, выяснить, почему следует делать их так, а не иначе. Дети обладают умением планировать свои практические и игровые действия, стремясь к результативности. Дети этого возраста начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно их повторять без напоминаний, пытаюсь освоить то, что не получается. В старшем возрасте развиваются двигательные качества: скоростно – силовые, ловкость, выносливость</p> <p>Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 мин вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задаётся взрослым. Объём памяти изменяется не существенно, улучшается её устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приёмы и средства.</p> <p>Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5-6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребёнок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребёнку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдалённые последствия собственных действий и поступков и действий и поступков других людей.</p>
-----------------	--

блет-
7 лет

Ребенок на пороге школы (6-7 лет) обладает устойчивыми социально-нравственными чувствами и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения. К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость произвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Сосредоточенность и длительность деятельности ребёнка зависит от её привлекательности для него. Внимание мальчиков менее устойчиво. В 6-7 лет у детей увеличивается объём памяти, что позволяет им произвольно запоминать достаточно большой объём информации. Девочек отличает больший объём и устойчивость памяти.

В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления (например, при нахождении выхода из нарисованного лабиринта) ребёнок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений. Возможность успешно совершать действия сериации и классификации во многом связана с тем, что на седьмом году жизни в процесс мышления всё более активно включается речь. Использование ребёнком (вслед за взрослым) слова для обозначения существенных признаков предметов и явлений приводит к появлению первых понятий.

К 6-7 годам продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования

со сверстниками. На седьмом году жизни у ребенка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов. Дети этого возраста различают скорость, направление движения. Они руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. При выполнении трудного задания увеличивается проявление волевых усилий.

Дети понимают значение упражнений, проявляют личные интересы, вкусы к тем или иным упражнениям (кто-то любит бегать и прыгать, а кто-то выполнять упражнения с мячом и т.д.). Ко времени поступления в школу дети данного возраста должны обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, умением сохранять правильную осанку. Все это поможет ему быстро включиться в новый для него режим школьной жизни.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

1.2.1. Целевые ориентиры дошкольного образования

Специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

1.2.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования - ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре. Ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, следует игровым правилам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей. Склонен наблюдать, экспериментировать, строить смысловую картину окружающей реальности, обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет. Знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.2.3. Педагогическая диагностика

Работа по обучению детей старшего возраста спортивной игре «Баскетбол» посредством подвижных игр с элементами спорта начинается с оценки реального уровня готовности детей к овладению двигательного навыка, т.е. выявление уровня развития двигательных навыков на начальном и конечном этапе.

Сроки проведения: сентябрь – октябрь, апрель- май

Содержание	Методика проведения	Старшие группы	
Уровень физической подготовки	<p>Тест «Серпантин» (ловкость)</p> <p>Бег между игроками</p> <p>Прыжки в высоту с места (количественные показатели, сила)</p> <p>Броски мяча в корзину расстояние 3 метра, высота кольца -2 метра(глазомер, силу броска)</p>		
Технико-тактическая подготовка	<p>Дети свободно играют с мячом. После сигнала ребенок должен как можно быстрее поднять мяч вверх или правильно держать мяч, или принять стойку баскетболиста.</p>	<p>Игра «Играй, играй мяч не теряй»</p> <p>Цель: выявить умения детей находить свободное место на площадке, слушать сигнал, определить умения управлять мячом и играть с ним не мешая товарищу</p> <p>На конец года: ребенок должен по сигналу выполнять движения из игры: ведение мяча на месте, выполнять бросок мяча вверх, в стену</p>	<p>Игра «Играй, играй мяч не теряй»</p> <p>Цель: определить умения управлять мячом, слушать сигнал, и играть с ним не мешая товарищу</p> <p>На конец года: ребенок должен по сигналу выполнять движения из игры: ведение мяча в беге, между предметами забрасывать мяч в корзину,</p>
	Дети делятся на тройки.	«Поймай мяч»	«Поймай мяч»

	<p>Перебрасывают мяч в парах. Третий стоящий между ними должен поймать или коснуться мяча рукой</p>	<p>Выполняют движения перед броском стоя на месте: подбрасывают вверх и ловят, отбивают</p> <p>Перед перебрасыванием</p>	<p>Выполняют движения перед броском: отбивают в беге, делают обманные движения, повороты вокруг себя</p>
	<p>Прокатывание мяча в прямом направлении стараясь сбить кеглю</p> <p>Попадание мячом в обруч</p> <p>Расстояние от ребенка до обруча</p>	<p>«Сбей кеглю»</p> <p>5 раз сбил – высокий</p> <p>3 раза – средний</p> <p>Ни разу – низкий</p>	<p>«Меткие стрелки»</p> <p>3 метра</p> <p>От 10 - 6 раз – высокий уровень</p> <p>От 5-3 раз –средний</p> <p>Ни разу - низкий</p>
	<p>Ведение мяча на месте правой и левой рукой</p> <p>Ведение мяча в движении, со сменой направления</p>	<p>Цель: выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения, проверка ориентировки в пространстве.</p>	
		<p>Игра «Мотоциклисты»</p>	<p>Цель: определить умение детей видеть площадку</p>
<p>Нравственно - волевая</p>	<p>Проведение игр на умения детей действовать вдвоем, втроем, командой</p>		

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности и содержание Программы

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации, способностей детей и охватывает следующую структурную единицу, представляющую (Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам») - **физическое развитие.**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы.

Содержание Программы отражает следующие аспекты образовательной среды для ребенка дошкольного возраста:

1) предметно-пространственная развивающая образовательная среда; 2) характер взаимодействия со взрослыми; 3) характер взаимодействия с другими детьми.

Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

Основные цели и задачи образовательной области «Физическое развитие» Физическая культура.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Старший
возраст (5-
6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

	<p><u>Воспитывать</u> у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играхэстафетах.</p>
--	---

<p>Дошкольни й возраст (6- 7 лет)</p>	<p><u>Формировать</u> потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p><u>Совершенствовать</u> технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.</p> <p><u>Закреплять</u> умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p><u>Учить сочетать</u> разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.</p> <p><u>Добиваться</u> активного движения кисти руки при броске.</p> <p><u>Учить перелезать</u> с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p><u>Учить быстро перестраиваться</u> на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.</p> <p><u>Развивать</u> психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p><u>Продолжать упражнять</u> детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p><u>Закреплять</u> навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p><u>Учить</u> самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p> <p><u>Обеспечивать</u> разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p>
--	--

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. **Подвижные игры.**

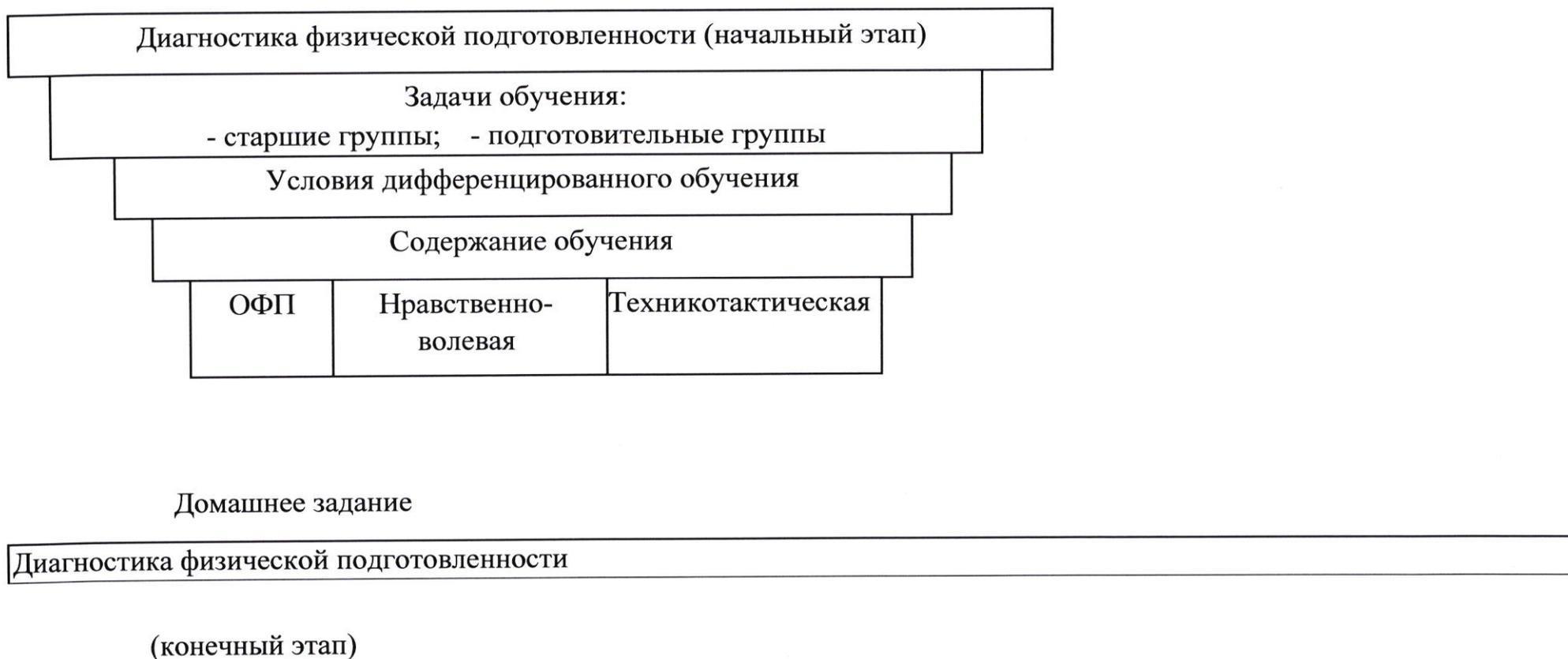
Учить использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами

соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, футбол).

Программа предполагает использование игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.



Содержание обучения

В содержание структурно-функциональной модели процесса обучения входит:

Общая физическая подготовка – ОФП, включает в себя разностороннее воспитание физических качеств, повышение общего уровня функциональных возможностей организма и развитие физической работоспособности.

Технико-тактическая подготовка.

Техника представляет собой более или менее совершенные способы выполнения соревновательных действий, а тактика является формой объединения всей совокупности данных действий в процессе достижения соревновательной деятельности.

Нравственно – волевая подготовка.

Игра вдвоем. Зависимость успеха игры от взаимодействия членов команды.

Игра вдвоем.

Как нападать и защищать свое кольцо.

Что нужно сделать, чтобы победить? Почему команда проигрывает?

Вызвать желание самостоятельно осваивать элементы игры в «Баскетбол».

Все виды разделов данных спортивных подготовок разделены весьма условно, так как они находятся в тесной взаимосвязи. Отсюда и вытекает, что обучение детей дошкольного возраста играм с элементами баскетбола нет отдельного выделения той или иной подготовки.

Основные задачи обучения

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)	Подготовительный возраст (6-7 лет)
Познакомить детей с игрой баскетбол Формировать умения действовать с мячом Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; действиям с мячом для усвоения приемов передачи, ловли, и бросков мяча в корзину Способствовать развитию координации движений, глазомера, ловкости, быстроты.	Разучить правила игры, познакомить с площадкой Учить детей овладению основами игры. Совершенствовать технику владения мячом (ведение, передача, забрасывание в кольцо): Развивать координацию движений, быстроту реакции, глазомер, силу Воспитывать выдержку,

Воспитывать умение играть в парах не мешая товарищу	целеустремленность, решительность в действиях

Условия для дифференцированного подхода к обучению

Организация и проведение занятий предполагает индивидуально – дифференцированный подход к обучению старших дошкольников элементам спортивной игры в баскетбол. Реализация данного подхода зависит от уровня физической подготовленности (высокий, средний и низкий) и физического развития (группа здоровья, антропометрия, темп, гармоничность) детей путем использования на разных этапах обучения:

-Мячей разного размера и диаметра

-Расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2,5м)

Дозировкой физической нагрузки при подборе игр и игровых упражнений

-Подбором индивидуальных заданий по развитию тех или иных качеств

Технология реализации программы по развитию двигательных умений и навыков

в процессе обучения элементам игры в баскетбол

Дети 5 – 6 лет	Дети 6 – 7 лет

Проводятся упражнения и игры, которые готовят детей к усвоению технике передачи, ловле, ведения мяча, а также бросков в корзину. На первом этапе, начальном, больше внимания уделяется разнообразию упражнений. Особое значение имеют такие игры, которые помогут детям по отдельности или в парах действовать с мячом. Лишь после того, как дети начнут свободно обращаться с мячом, действовать с ним, вводятся подготовительные упражнения и игры по обучению ловле – передаче мяча.

Действия по перебрасыванию мяча привычны для детей, являются подготовительными к обучению броскам мяча в корзину. После этого предлагаются упражнения, связанные с обучением ведения мяча в сочетании с упражнениями и играми с бросками мяча в корзину.

Идет обучение определенной технике передачи, ловли, ведения и бросков мяча. Постепенное усложнение достигается систематичным включением их в занятия:

- в упражнениях – на месте, затем в движении, с дополнительными заданиями, в сочетании разных действий с мячом и без мяча; - в играх – усложняя действия с мячом и взаимодействия игроков между собой.

При закреплении навыков действий с мячом меняются условия их выполнения.

Смена упражнений и игр обеспечивает разнообразие, эмоциональность их проведения, а повторность позволяет увеличивать двигательную активность в течение занятия

2.2. Комплексно-тематическое планирование

	Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи и ловли мяча	Упражнения и игры с передачей мяча
месяц	5-6 лет	6-7 лет
сентябрь	<p>Первоначальное обучение бросание мяча вверх и ловля двумя(одной) рукой - бросание вниз пред собой и ловля двумя (одной) рукой</p> <p>перебрасывание мяча партнеру (удобным способом)</p> <p>перебрасывание мяча правой и левой рукой, ловля его двумя руками</p> <p>Игры: «играй, играй. Мяч не теряй», «Сделай фигуру»</p>	<p>Первоначальное обучение передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его</p> <p>передача мяча двумя руками от груди стоя на месте, парами</p> <p>передача мяча двумя руками от груди при движении парами - передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его</p> <p>Игры: «10 передач», «Мяч водящему»</p>
	5-6 лет	6-7 лет
октябрь	<p><u>Углубленное разучивание действий</u></p> <p>- бросание мяча вверх с ударом об пол и ловля его двумя руками</p>	<p><u>Углубленное разучивание действий</u></p> <p>передач мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)</p> <p>передача мяча в тройках, пятерках</p>

	- бросание мяча вверх с хлопком перед собой и ловля его - бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему»	- передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу»,
ноябрь	<u>Совершенствование навыков</u> удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом вокруг себя и ловля его бросание мяча из-за головы вдаль, через сетку (двумя руками) передача мяча по кругу вправо, влево произвольным способом Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч»	<u>Совершенствование навыков</u> - передача мяча парами при противодействии защитника Игры «Поймай мяч». «Займи свободный кружок»
	Упражнения, подготавливающие к ведению мяча	Упражнения и игры с ведением мяча
декабрь	<u>Первоначальное обучение</u> - удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя из положения стоя, при ходьбе	Первоначальное обучение - ведение мяча а месте

	- Удар мячом об пол правой рукой и ловля его левой, а потом наоборот	едение мяча вокруг себя едение мяча, продвигаясь вперед Игры: «Мотоциклисты», «Скажи, какой цвет».
--	--	--

январь	Углубленное разучивание действий отбивание мяча на месте правой и левой рукой ведение мяча в движении правой и левой рукой ведение мяча на месте с последующей передачей мяча двумя руками (произвольный способ)	Углубленное разучивание действий - ведение мяча с изменением: а) направления передвижения б) скорости передвижения в) высоты отскока мяча ведение мяча правой и левой рукой и остановка ведение мяча, остановка и передача
февраль	Совершенствование навыков ведение мяча на месте поочередно правой, левой руками чередование подбрасывания мяча с ударами об пол ведение мяча, ударяя ладонью (произвольный способ)	<u>Совершенствование навыков</u> Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча»
	Упражнения и игры, подготавливающие к	Упражнения и игры с бросками мяча в корзину
	броску мяча в корзину	

март	Первоначальное обучение перебрасывание мяча через сетку, натянутую выше головы ребенка произвольным способом метание мяча в обруч, расположенный на полу (расстояние 2-2,5 м) снизу, сверху, из-за головы Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину»	Первоначальное обучение бросок мяча в корзину(поставленную на пол) удобным способом бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через сетку бросок мяча в корзину от груди с места Игры: «Чья команда больше» «5 передач»
апрель	<u>Углубленное разучивание действий</u> - метание в баскетбольный щит (размер 120-90см), с установкой на разной высоте - удары мяча об пол и броски его в баскетбольный щит	<u>Углубленное разучивание действий</u> - бросок мяча в корзину после ведения (фиксация остановки) - бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после его ловли
май	<u>Совершенствование навыков</u> Игры: «Метко в корзину», «Чья команда больше»	Совершенствование навыков Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину» Сочетание действий: ловли – бросков мяча, ведения – бросков мяча, ловли – ведения, ведения – передачи
		Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»

Примерное планирование работы с родителями

месяц	5-6 лет	6-7 лет
1 квартал (сентябрь, октябрь, ноябрь)	-родительское собрание «Особенности физического развития детей» -круглый стол «О спортивной секции» -День открытых дверей	-родительское собрание «Физическая готовность детей к школе» - круглый стол «О спортивной секции» -День открытых дверей
2 квартал (декабрь, январь, февраль)	- открытый показ «Школа мяча» - физкультурный праздник посвященный Дню защитника Отечества	-Информация в уголок «Что читать о спортсменах» - физкультурный праздник посвященный Дню защитника Отечества
3 квартал (март, апрель, май)	-домашнее задание -фото-коллаж «Наши успехи в спорте» (фото с секции)	

III. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

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

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- возрасту и индивидуальным особенностям развития детей; -оснащено учебно – методическим комплектом.

Для реализации данной программы в дошкольном образовательном учреждении созданы максимальные условия: оборудован спортивный зал необходимым спортивным инвентарем и оборудованием.

3.2. Объем образовательной нагрузки (учебный план)

Наименование услуги	Форма проведения	Количество детей	Длительность занятия (мин.)	Количество занятий на одну группу			Исполнитель
				в неделю	в месяц	в год	
Программа дополнительной образовательной услуги по проведению занятий в спортивной секции и для детей 5-6 лет «Юный баскетболист»	Групповая	40	30	2	8	72	Инструктор по ФИЗО

3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Для реализации данной программы не требуется дорогостоящего оборудования.

Для детей 5 лет-6 лет:

- обучение владением мячом используются обычные резиновые мячи диаметром 15, 20, 25см на каждого ребенка (для игр и тренировки), а к началу второго полугодия использовать баскетбольный мяч.

Для детей 6 лет-7 лет:

- 4 баскетбольных мячей.

В спортивном зале имеется разметка баскетбольной площадки, 2 баскетбольных щита на высоте 2 метра.

Организация и проведение занятий

Количество детей	40
Состав группы	Постоянный

Срок обучения	2 года
Возраст	5-7 лет
Место проведения	Большой спортивный зал в ДОУ, спортивная площадка
Формы работы с детьми	Групповая, подгрупповая
Количество занятий в неделю	1 раз по 30 мин
Количество занятий в месяц	4 (2 часа)
Количество занятий в год	36 (18 часов)

Мотивационные условия

Для формирования мотивации используется:

- разнообразие игровых ситуаций
- варианты выполнения усложненных упражнений с мячом
- ведение мяча с обусловленной реакцией на звуковые или зрительные сигналы
- ведение мяча с дополнительными заданиями
- комбинированные игры – эстафеты и игровые задания

Научно – методические условия

- Дидактический материал: карточки – задания, схемы.

VI. Заключительный раздел

4.1. Контроль за реализацией Программы

Вид контроля	Содержание контроля	Форма предоставления
Текущий контроль	организация занятий с детьми	справка усвоения программы
Итоговый контроль	требований к режиму занятий	справка уровень усвоения воспитанниками, посещающими занятия по дополнительной образовательной услуге начале, середине, конце учебного года.
Фронтальный	санитарно-гигиенических	проверка результатов деятельности с

Инспекционный контроль		целью установления использования исполнения законодательства
------------------------	--	--

Список литературы: 1. Адашкявичене

Э.Й «Баскетбол для дошкольников»-М.,1983.,

«Спортивные игры и упражнения а детском саду» - М., 1992

2. Бальсевич В.К., Королева М.Н., Майорова Л.Т «Развитие быстроты и координации движений у детей 5-7 лет //Теория и практика физической культуры// 1986,№ 10»
3. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»- М, 2004
4. Зинин А. «Первые шаги в баскетболе», М.,1974
5. Стонкус С. «Мы играем в баскетбол» - М., 1984

Данные правила изучаются с детьми старшего дошкольного возраста в ходе обучения технико-тактической подготовки, во время выполнения упражнения или во время игры

Правила держания мяча

1. мяч держи на уровне груди
2. руки согни, пальцы держи широко
3. локти опусти вниз, мышцы расслабь

Ошибки: узкое расположение пальцев на мяче, разведение локтей в стороны, удержание мяча высоко

Пути исправления: контроль за широким расположением пальцев, не закрывать лицо мячом

Правила ловли мяча

1. Мяч лови кистями рук, не прижимай к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу
- Не задерживай мяч в руках, быстро действуй с ним

Ошибки: стремление зажать, обхватить мяч руками, узкое расположение пальцев и ловля мяча напряженными кистями рук; прием мяча без амортизирующего движения

Пути исправления: следить, чтобы движение рук было прямо навстречу мячу с широко разведенными пальцами, ловить мяч расслабленными кистями рук с последующим отведением их назад и сгибание рук в локтях

Правила передачи мяча

1. Локти опусти вниз
2. Бросай мяч на уровне груди партнера
3. Сопровождай мяч взглядом и руками

Ошибки: неправильная стойка – плотно сжатые и прямые ноги; чрезмерное разведение локтей в стороны.

Пути исправления: контроль за постановкой ног (незначительный присед); за тем, чтобы руки, согнутые в локте, касались туловища

Правила ведения мяча

1. Не бей по мячу, толкай его вниз
2. Веди мяч вперед - сбоку, а не перед собой
3. Смотри вперед, а не на мяч

Ошибки: сильный наклон туловища вперед, ноги прямые; удары по мячу расслабленной ладонью, узкое положение пальцев: ведение мяча перед собой

Пути исправления: контроль за правильной стойкой, толкать мяч вниз кистью руки, за счет сгибания и разгибания ее в локтевом суставе мягкого направляющего толчка пальцами; контроль за расстановкой пальцев;

посылать мяч вперед - в сторону предстоящего движения

Правила броска мяча в корзину

1. Бросая мяч не опускай голову, сопровождай его руками
2. Смотри в передний край кольца (если стоишь перед корзиной). Если сбоку от кольца, то бросай с отскоком от щита (целься в ту точку, в которую хочешь попасть мячом)

Ошибки: неверное и.п. ног и рук, их несогласованность; выпуск мяча без участия кисти рук, а также усилием плеча

Пути исправления: соблюдение за правильной стойкой, при броске одновременное выпрямление руки и ноги (после выпуска мяча кисть руки сгибается)

**Методические рекомендации
по обучению технике спортивной игры баскетбол.**

В баскетболе большое значение имеют техника перемещения и действия с мячом.

Техника перемещения. Следует научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста. Она состоит в следующем: ноги согнуты в коленях и расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело наклонено вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги. Руки согнуты в локтях. Передвигается ребенок по площадке бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами, приставным шагом.

У дошкольников легче получается остановка двумя шагами, чем прыжком. Остановка двумя шагами начинается с отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный спорящий шаг и, немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг.

Действия с мячом. 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.

Очень важно в игре 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.

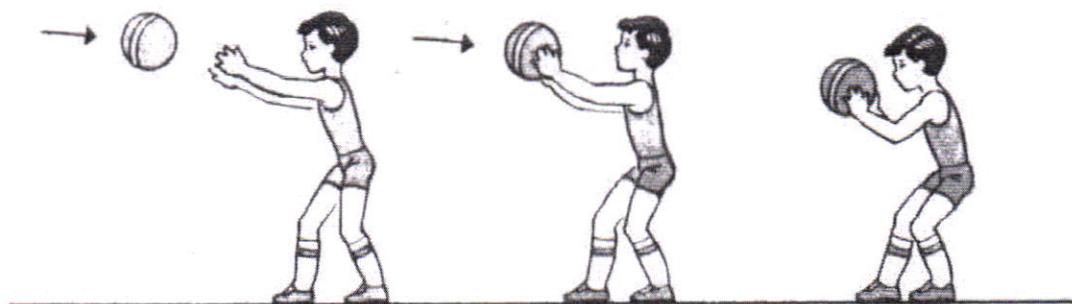


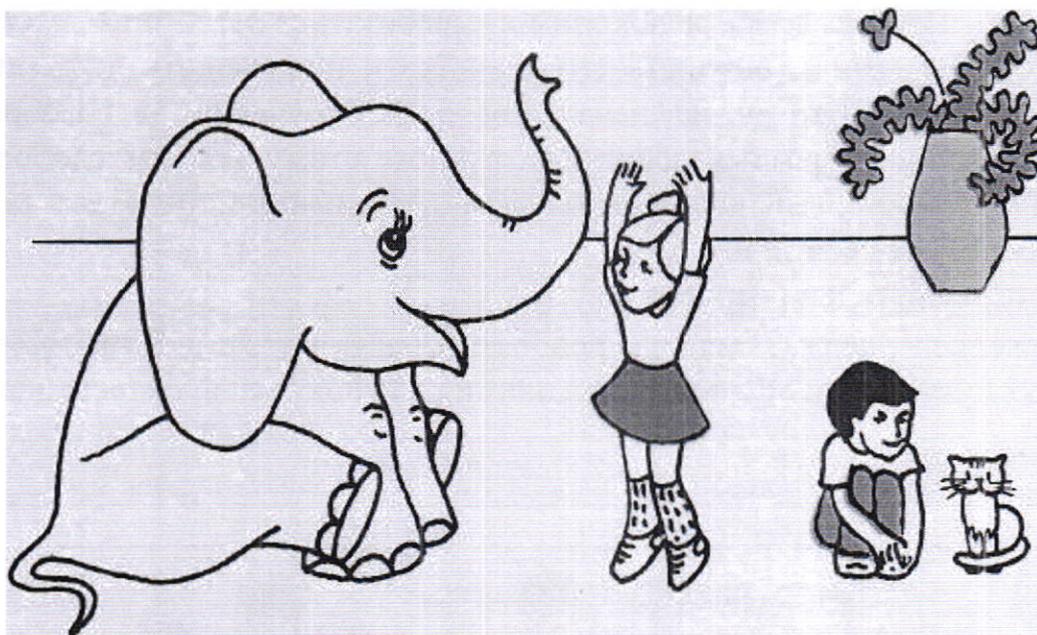
Рис. 33

Ловля мяча. Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образуя из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча и, как только мяч коснется к

кончикам пальцев, должен захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением (рис. 33). При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

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 (рис. 34). Такая техника передачи мяча осваивается детьми постепенно.

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, он осваивает ведение мяча с обычным отскоком по - прямой; с изменением направлений.



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 (рис. 35)

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

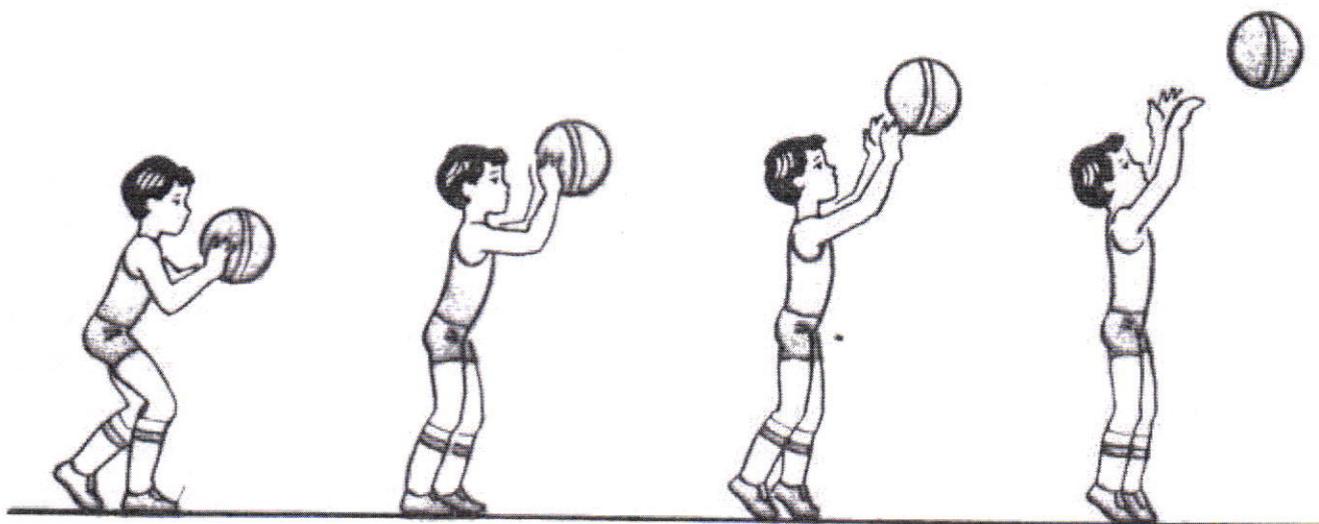


Рис. 36

вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног (рис. 36) .

Кисти и пальцы при этом мягким толчком направляют мяч в корзину.

Бросок мяча в корзину после ведения или после ловли его, когда ребенок получает мяч, выбегая к щиту, чаще всего производится одной рукой от плеча. Детей шести - семилетнего возраста 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.

Подвижные игры

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 удается, он меняется местами с тем, кто бросил мяч (рис. 37).

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. **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.

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.

Передал — садись. Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2—3 м от нее.

По сигналу воспитателя капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает (рис. 39). Капитан таким же образом передает мяч второму, затем — третьему и всем остальным игрокам.

Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за ним сбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

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.

Техника безопасности при проведении занятий секции «Юный баскетболист»

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Проведение влажной уборки перед каждым занятием.
- 1.2. Проверка формы на соответствие требований СанПин.
- 1.3. Беседы с детьми о безопасном поведении во время занятий и соблюдении техники безопасности при выполнении заданий, упражнений (в соответствии с содержанием занятия).

2. Требования безопасности во время занятий.

- 2.1. Строгое выполнение правил поведения и указаний инструктора.
- 2.2. Не допускать нарушений правил техники безопасности: не наталкиваться во время бега, выбирать безопасное место при выполнении задания подальше от острых предметов (скамейка и т.д.), не драться, стелить по необходимости под оборудование мат (если выполняют лазание, прыжки на батуте, раскачивание на кольцах с последующим соскоком).
- 2.3. Осуществлять контроль за самочувствием детей, обращая внимание на признаки переутомления на протяжении всего занятия.
- 2.4. При обнаружении утомления снизить нагрузку, провести дыхательные упражнения.
- 2.5. При плохом самочувствии ребенка прекратить занятие, сообщить родителям

3. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 3.1. Если ребенок получил травму, прекратить занятие, оказать первую помощь и сообщить родителям.

4. Требования безопасности по окончании занятия

- 4.1. После окончания занятия, убрать спортивное оборудование и инвентарь на место.
- 4.2. Переодеться и помыть руки.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504707717602515670935380417862998762092077159070

Владелец Тер-Акопян Кристина Арутюновна

Действителен с 06.03.2023 по 05.03.2024