

НРМДОБУ «ЦРР – д/с «Улыбка»

**Дополнительная образовательная программа  
физкультурно-спортивной направленности,  
основанная на одном из видов спорта баскетбол**

Автор - составитель  
Чайникова Ольга Владимировна  
инструктор по ФИЗО

### Список детей посещающих кружок 2015 – 2016 учебном году

№ п/п	Старшие группы	№ п/п	Подготовительные группы
	<i>Средние группы</i>		<i>Подготовительная гр</i>
1	Белов Максим	1	Голобродский Никита
2	Усманова Эвелина	2	Махалина Ангелина
3	Зебелева Алина	3	Яшпатров Роман
4	Велиев Даниил	4	Зотов Коля
5	Соколов Данил	5	Цендяков Дима
6	Фатуллаев Самид	6	Губарь Анна
7	Скороходов Матвей	7	Горячев Артур
8	Черных Лера	8	Исанькова Вика
9	Чуркин Егор	9	Кобяков Кирилл
	<i>Старшие группы</i>	10	Проценко Астап
1	Конев Егор	11	Пухова Настя
2	Трухин Дмитрий	12	Пироженко Олеся
3	Филипов Вячеслав		<i>Подготовительная А, Б</i>
4	Собянин	1	Гишваров Тимур
5	Челпанов Карнил	2	Шешуков Женя
6	Липатов Артём	3	Дёгтев Ярослав
7	Гладуняк Степан	4	Койчуев Карим
8	Барбосова Лиза	5	Хоруженко Денис
9	Шагаев Дмитрий	6	Лобарева Лена
10	Герман Пётр	7	Соколов Тимур
		8	Балашов Миша
		9	Магамедова Алия
		10	Маджиев Мазан
		11	Черкасова Настя
		12	Курчак Максим
		13	Попов Женя
		14	Гомонюк Кирилл
		15	Третьяков Семён

### Расписание работы кружка «Юный баскетболист»

Старшие группы	Подготовительные группы
<i>Пятница – 15.50 – 16.20</i>	<i>Вторник - 17.00 – 17.30</i>
	<i>Четверг - 17.00 – 17.30</i>

## Пояснительная записка

Направленность данной дополнительной программы – физкультурно-оздоровительная.

Последние социологические исследования выявили, что одними из самых популярных видов спорта являются баскетбол, футбол. Технические приемы, тактические действия и особенно игра с мячом таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

**Цель:** гармоничное развитие личности ребенка в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

### **Задачи:**

1. Укрепить здоровье, физическое развитие воспитанников и повысить работоспособность детей.
2. Воспитывать у дошкольников нравственные качества.
3. Расширить знания воспитанников в области гигиены, необходимых понятий по физической культуре.
4. Развивать основные двигательные качества.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол.

Программа рассчитана на 2 года (от 4 – 7 лет).

Основной формой занятий является тренировка. Она состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная. Используются все известные способы организации занятия: фронтальный, групповой и индивидуальный.

Материал программы даётся в четырёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка, специальная подготовка и примерные показатели двигательной подготовленности воспитанников.

По окончании каждого года обучения с детьми проводятся тестирования. Они выявляют степень овладения основными техническими навыками и развитие физических качеств. В конце учебного года проводятся соревнования по баскетболу, по упрощенным правилам.

## **Содержание программы для средней и старшей группы (4 – 6 лет)**

### **I. Основы знаний**

Чем мы занимаемся на тренировке? Спортивная форма. Гигиена баскетболиста. Основные линии спортивного зала.

### **II. Специальная подготовка**

Стойка баскетболиста.

Остановка в движении по звуковому и зрительному сигналу.

Перекладывание мяча с руки на руку на месте и в движении (элементы жонглирования). Ведение мяча на месте и в движении по прямой, с изменением темпа и высоты отскока. Бросок с места одной рукой из-под кольца (правой, левой). Ловля мяча. Катание мяча одной, двумя руками. Передача мяча одной рукой от плеча на месте в парах.

Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение мячом.

### **III. Общая физическая подготовка**

Упражнения для формирования осанки. Общеразвивающие упражнения без предметов. Ознакомление с упражнениями на растягивание.

Ходьба на носках, пятках, внешнем и внутреннем своде стопы, в приседе и полуприседе.

Бег в спокойном темпе, спиной вперед, правым и левым боком.

Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением, с поворотами, в длину с места, с высоты до 30см.

Лазание по гимнастической лесенке, скамейке, в упоре на коленях.

## Примерные контрольные вопросы по основам знаний

### 1-го года обучения

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку)
2. Как называют спортсмена, который ведёт мяч и забивает его в корзину? (баскетболист)
3. Сколько команд играют в баскетбол? (2)
4. Овощ, стимулирующий рост человека? (морковка)
5. Как зовут людей, которые зимой купаются в проруби? (моржи)
6. Какие линии спортивного зала вы знаете? (центральная, боковые линии, лицевые, штрафные)
7. Какие гигиенические процедуры нужны спортсмену? (ополаскивание, растирание, смена одежды)
8. К каким олимпийским играм относится баскетбол? (летним)
9. Какие продукты вредны для организма? (чипсы, жвачка, сильно жареное мясо, газированные напитки)
10. Как можно развивать силу? (упражнения с гантелями, отжимания)
11. Для чего нам нужна гибкость? (чтобы были эластичные мышцы)

*За каждый правильный ответ ребёнок получает 1 очко. Критерии оценки*

Набравший:

- 10 очков – высокий уровень;
- 7 очков – средний уровень;
- 4 очка – низкий уровень.

**Примерные контрольные нормативы  
по общей физической подготовке  
1-го года обучения**

**Мальчики**

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>низкий</b>	<b>средний</b>	<b>высокий</b>
<b>1.</b>	Бег 20 м (сек)	4.2	3.9	3.6
<b>2.</b>	Челночный бег (сек)	9.0	8.8	8.5
<b>3.</b>	Прыжок в длину с места	100	120	130
<b>4.</b>	Прыжок в длину с разбега	150	170	190

**Девочки**

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>низкий</b>	<b>средний</b>	<b>высокий</b>
<b>1.</b>	Бег 20 м (сек)	4.4	4.0	3.8
<b>2.</b>	Челночный бег (сек)	9.2	9.0	8.7
<b>3.</b>	Прыжок в длину с места	90	110	120
<b>4.</b>	Прыжок в длину с разбега	140	160	180

## Примерные контрольные нормативы

по технической подготовке

1-го года обучения

### Мальчики

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Передачи мяча за 30 сек (кол-во раз)	18	20	22
2.	Ведение по «8» 20 м (кол-во сек)	8.8	8.5	8.2
3.	Бросок с места 10 попыток (кол-во попаданий)	5	7	9
4.	Количество попаданий мяча в корзину, после ведения (из 10 попыток)	3	5	8

### Девочки

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Передачи мяча за 30 сек (кол-во раз)	16	18	20
2.	Ведение по «8» 20 м (кол-во сек)	9.0	8.8	8.4
3.	Бросок с места 10 попыток (кол-во)	4	7	8
4.	Количество попаданий мяча в корзину, после ведения (из 10 попыток)	3	5	8

## **Содержание программы для подготовительной группы (6 – 7 лет)**

### **I. Основы знаний**

Эмоции (приятные и неприятные, их отличия). Ответственное и безответственное выражение эмоций. Неспортивное поведение.

Значение утренней гимнастики. Закаливание (вода, воздух, солнечные ванны).

Правила баскетбола: правила ведения, фолы.

### **II. Специальная подготовка**

Стойка баскетболиста. Передвижение игрока в стойке. Остановки по звуковому и зрительному сигналу.

Переключивание мяча на месте и в движении. Жонглирование двумя мячами. Различные комплексы упражнений с мячами разного диаметра и веса (теннисный, волейбольный, футбольный, набивной, большой резиновый).

Катание мяча на места и в движении. Передачи мяча в парах одной рукой. Ловля мяча. Передачи двумя мячами. Ведение одного, двух мячей на месте. Переводы на месте.

Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение мячом.

### **III. Общая физическая подготовка**

Упражнения на растяжку и осанку. Общеразвивающие упражнения с гимнастическими предметами.

Ходьба и бег в приседе, полуприседе, на пятках, носках, лицом и спиной, по прямой, дугам, с изменением скорости и направления, боком, на полусогнутых, из различных стартовых положений.

Прыжки с поворотами, в длину, со скакалкой, через гимнастическую скамейку.

Лазание по гимнастической стенке, кувырки, висы, упоры.



## Примерные контрольные вопросы по основам знаний

### 2-го года обучения

1. Какие методы закаливания вы знаете? (солнцем – загорание, воздухом – гимнастика побудка, хождение босиком по дорожкам здоровья, занятия на улице, прогулка).

2. Знаете ли вы, почему лицо способно выдержать сильные морозы, а руки даже при незначительном похолодании начинают мёрзнуть? (потому, что лицо закаляется с самого рождения, умываем его холодной водой).

3. Почему от промокших ног появляется насморк, кашель, а намокшее под дождём лицо и руки не влияют на здоровье человека? (потому, что на стопах имеются точки отвечающие за наше здоровье, которые необходимо закалять).

4. Почему полезна ходьба босиком? (для закаливания организма).

5. Какой самый важный закон закаливания? (снижать температуру постепенно, а после болезни начинать всё заново).

6. Какой витамин образуется в коже под влиянием солнечных лучей? (витамин Д).

7. Какая роль в процессе закаливания отводится воде? (главная)

8. Как часто нужно чистить зубы? (2 раза в день)

9. Скажите, когда вы получаете приятные эмоции и, что вы испытываете при этом?

10. Как судья наказывает игрока за неспортивное поведение? (фолами – за 5 фолов игрока сажают на скамейку и он игру продолжать не может)

11. Что полезно выполнять перед сном? (погулять, проветрить комнату, умыться, почитать книжку)

12. Что вредно перед сном? (смотреть долго телевизор, тем более страшные фильмы, много кушать)

13. Что вредно для нашего зрения? (читать лёжа, писать в темноте, долго смотреть телевизор, находиться долго в тёмном помещении)

За каждый правильный ответ ребёнок получает 1 очко. Критерии оценки

Набравший:

– 11 очков – высокий уровень;

– 7 очков – средний уровень;

– 4 очка – низкий уровень.

**Примерные контрольные нормативы по общей  
физической подготовке 2-го года обучения**

**Мальчики**

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>низкий</b>	<b>средний</b>	<b>высокий</b>
<b>1.</b>	Бег 20 м (сек)	4.0	3.8	3.5
<b>2.</b>	Челночный бег (сек)	8.7	8.4	8.1
<b>3.</b>	Прыжок в длину с места	120	140	150
<b>4.</b>	Прыжок в длину с разбега	160	180	220

**Девочки**

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>низкий</b>	<b>средний</b>	<b>высокий</b>
<b>1.</b>	Бег 20 м (сек)	4.2	3.8	3.6
<b>2.</b>	Челночный бег (сек)	9.0	8.7	8.4
<b>3.</b>	Прыжок в длину с места	100	110	130
<b>4.</b>	Прыжок в длину с разбега	160	180	200

## Примерные контрольные нормативы по технической подготовке

### 2-го года обучения

#### Мальчики

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Передачи мяча за 30 сек (кол-во раз)	20	22	25
2.	Ведение по «8» 20 м (кол-во сек)	8.6	8.4	8.0
3.	Бросок с места 10 попыток (кол-во попаданий)	5	7	9
4.	Количество попаданий мяча в корзину, после ведения (из 10 попыток)	5	7	9

#### Девочки

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Передачи мяча за 30 сек (кол-во раз)	18	20	23
2.	Ведение по «8» 20 м (кол-во сек)	8.8	8.6	8.1
3.	Бросок с места 10 попыток (кол-во)	5	7	9
4.	Количество попаданий мяча в корзину, после ведения (из 10 попыток)	5	6	8

## Распределение часов по годам обучения

№ п/п	Разделы программы	I год обучения	II год обучения
1.	Основы знаний	3	3
2.	Общая физическая подготовка	11	12
3.	Специальная подготовка	14	13
	<b>ВСЕГО</b>	<b>28</b>	<b>28</b>

### В работе используются следующие методы и приемы

Методы обучения	Приемы как части метода. дополняющие и конкретизирующие его
Наглядные	<p>Наглядно-зрительные приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показ физических упражнений;</li> <li>- использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии);</li> <li>- имитация (подражание);</li> <li>- зрительные ориентиры (предметы, разметка поля).</li> </ul> <p>Наглядно-слуховые приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- музыка, песни.</li> </ul> <p>Тактильно-мышечные приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- непосредственная помощь педагога.</li> </ul>
Словесные	<p>Объяснения;</p> <p>пояснения;</p> <p>указания;</p> <p>подача команд, распоряжений, сигналов;</p> <p>вопросы к детям;</p> <p>образный сюжетный рассказ;</p> <p>беседа;</p> <p>словесная инструкция.</p>
Практические	<p>Повторение упражнений без изменения и с изменениями;</p> <p>проведение упражнений в игровой форме;</p> <p>проведение упражнений в соревновательной форме</p>

### Календарно-тематический план первого года обучения (4 – 6 лет)

№ п/п	Тема	Задачи	Количество часов	Дата проведения	Примечания
1	История возникновения мяча	1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве. 4. Обучить технике игровой стойки. 5. Техника ведения мяча	1	8.10..2015	
2	Поиграй с мячом	1. Проверить навыки в подбрасывании, ловле, перебрасывании, бросках и отбивании мяча. 2. Воспитывать целеустремленность. 3. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание.	1	15.10. 2015	
3	Броски мяча	1. Углубить представление детей о разметке в зале. 2. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 3-5 раз подряд. 3. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 4.. Воспитывать смелость, самостоятельность.	1	22.10.2015	
4	Подбрасывание мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость	1	29.10.2015	
5	Броски мяча руками и ногами	1. Учить бросать мяч вверх, продвигаясь вперед. 2. Упражнять в броске мяча ногой в цель. 3. Развивать глазомер, координацию движений.	1	5.11.2015	

6	Броски мяча руками и ногами в парах	1. Углубить представление детей о овощах, стимулирующий рост человека (морковка) 2. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 3 раз подряд. 3. Учить передавать друг другу мяч ногами. 4. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. 5. Воспитывать настойчивость.	1	12.11.2015	
7	Перекатывание набивного мяча	1. Углубить представление детей о продуктах вредных для организма 2. Учить перекатывать набивной мяч, прилагая определенные усилия. 3. Упражнять передаче разным способом набивного мяча друг другу. 4. Развивать меткость, силу рук.	1	19.11.2015	
8	Перебрасывание набивного мяча	1. Учить перебрасывать набивной мяч, прилагая усилия. 2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. 3. Развивать силу рук, выносливость.	1	26.11.2015	
9	Перебрасывание набивного мяча	1. Углубить представление детей о гигиенических процедурах спортсмена 2. Учить передачам разным способом набивной мяч друг другу. 3. Упражнять в прокатывании набивного мяча в ворота. 4. Развивать глазомер, ловкость, умение быть организованным.	1	3.12. 2015	
10	Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Развивать быстроту реакции, внимание.	1	10.12.2015	
11	Отбивание мяча	1. Углубить представление детей о развитии силы	1	17.12.2015	

		2. Учить отбивать мяч одной рукой на месте 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость.			
12	Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч одной рукой в движении, забрасывать мяч в баскетбольную корзину. 2. Упражнять в забрасывании мяча в ворота ногами. 3. Развивать глазомер, ловкость, равновесие.	1	24.12.2015	
13	Забрасывание мяча	1. Учить активным движениям при забрасывании мяча в баскетбольную корзину. 2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком. 3. Развивать быстроту реакции, глазомер.	1	14.01.2016	
14	Перебрасывание мяча	1. Учить передавать мяч двумя руками от груди в парах. 2. Упражнять в передаче мяча одной рукой от плеча и ловле двумя руками. 3. Развивать глазомер, ловкость, умение быть организованным.	1	21.01.2016	Мяч к груди не прислонять
15	Перебрасывание мяча	1. Учить передавать мяч в парах разными способами. 2. Закрепить умение передавать мяч одной рукой от плеча и ловить двумя руками. 3. Развивать чувство ритма, ловкость.	1	28.01.2016	
16	Забрасывание мяча	1. Учить забрасывать мяч в баскетбольную корзину с трех шагов. 2. Упражнять в умении принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель. 3. Воспитывать организованность.	1	4.02.2016	
17	Броски мяча	1. Учить ловить мяч, удерживая кистями рук, останавливать ногами.	1	11.02.2016	Правильный хват мяча

		<p>2. Отрабатывать навык ведения мяча до обозначенного места.</p> <p>3. Развивать ловкость, мышление.</p>			
18	Перебрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить ловить и передавать мяч, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в произвольном действии с мячами.</p> <p>3. Развивать координацию.</p>	1	18.02.2016	
19	Перебрасывание мяча	<p>1. Учить регулировать силу броска при передаче мяча одной рукой и ловле двумя руками.</p> <p>2. Упражнять в передаче и приеме мяча ногами.</p> <p>3. Развивать глазомер, внимание, силу.</p>	1	25.02.2016	
20	Перебрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить принимать мяч в движении.</p> <p>2. Упражнять в умении быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>3. Развивать быстроту реакции, ловкость.</p>	1	3.03.2016	
21	Перебрасывание мяча	<p>1. Закреплять умение ловко принимать мяч, быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>2. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком.</p> <p>3. Развивать меткость, ловкость, координационные способности.</p>	1	10.03.2016	
22	Отбивание мяча	<p>1. Совершенствовать умение ловко отбивать мяч правой и левой рукой в движении.</p> <p>2. Отрабатывать ведение мяча между ориентирами.</p> <p>3. Развивать умение быстро действовать по сигналу, ловкость.</p>	1	17.03.2016	
23	Школа мяча	<p>1. Учить принимать мяч из разных исходных положений.</p> <p>2. Воспитывать организованность.</p>	1	24.03.2016	



		3. Развивать равновесие, быстроту реакции.			
24	Школа мяча	1. Совершенствовать активные движения кистями рук при броске мяча. 2. Закреплять умение занимать правильное исходное положение при метании мяча. 3. Развивать координационные способности.	1	31.03.2016	
25	Веселый мяч Диагностика	1. Совершенствовать умение забрасывать мяч в баскетбольную корзину с трех шагов. 2. Развивать умение быстро принимать правильное исходное положение при метании мяча. 3. проверить скоростную выносливость 4. Воспитывать организованность.	1	7.04.2016	
26	Перебрасывание и забрасывание мяча Диагностика	1. Совершенствовать умение принимать правильное исходное положение при забрасывании мяча. 2. Проверить навыки в передаче мяча, ведению мяча по «8» 3. Развивать выносливость, силу рук.	1	14.04.2016	
27	Диагностика	1. Проверить навыки, броска мяча по кольцу с места, количество попаданий мяча в корзину 2. Воспитывать целеустремленность.	1	21.04.2016	
28	Весёлый мяч Диагностика	1. Проверить скоростные и скоростно - силовые возможности воспитанников 2. Закрепить навыки владения мячом. 3. Создать у детей радостное настроение.	1	28.04.2016	
	Итого		28		

### Календарно-тематический план второго года обучения (6 – 7 лет)

№ п/п	Тема	Задачи	Количество часов	Дата проведения	Примечания
1	Поиграй с мячом	1. Углубить представление детей о методах закаливания организма спортсмена 2. Проверить навыки в подбрасывании, ловле, перебрасывании, бросках и отбивании мяча. 3. Воспитывать целеустремленность. 4. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание.	1	8.10..2015	
2	Броски мяча	1. Совершенствовать броски мяч разными способами 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 3. Воспитывать смелость, самостоятельность.	1	15.10. 2015	
3	Перебрасывание и забрасывание мяча	1. Углубить представление детей о витамине Д для здоровья человека 2. Закреплять умение ловко принимать мяч, быстро и точно передавать мяч партнеру, броску в кольцо. 3. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком	1	22.10.2015	
4	Подбрасывание мяча	1. Продолжить учить бросать мяч разными способами. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость	1	29.10.2015	
5	Броски мяча руками и ногами	1. Закреплять умение бросать мяч разными способами в движении. 2. Упражнять в броске мяча ногой в цель. 3. Развивать глазомер, координацию движений.	1	5.11.2015	
6	Броски мяча руками и ногами	1. Углубить представление детей о овощах, стимулирующий рост человека (морковка)	1	12.11.2015	

	в парах	2.Закрепить навык ведения мяча на месте и в движении. 3. Упражнять в передаче мяча двумя руками от груди и передаче мяч ногами . 5. Воспитывать настойчивость.			
7	Перекатывание набивного мяча	1. Углубить представление детей о приятных эмоциях 2.Учить перекатывать и передавать набивной мяч друг другу разными способами. 3. Развивать меткость, силу рук.	1	19.11.2015	
8	Перебрасывание набивного мяча	1. Совершенствовать передачу набивной мяч двумя руками от груди, прилагая усилия. 2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. 3. Развивать силу рук, выносливость.	1	26.11.2015	
9	Перебрасывание набивного мяча	1. Углубить представление детей вредных вещах для нашего здоровья 2.Учить передачам разным способом набивной мяч друг другу. 3. Упражнять в прокатывании набивного мяча в ворота. 4.Развивать глазомер, ловкость, умение быть организованным.	1	3.12. 2015	
10	Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах с баскетбольным мячом. 3. Развивать быстроту реакции, внимание.	1	10.12.2015	
11	Отбивание мяча	1. Углубить представление детей о развитии силы 2.Учить отбивать мяч одной рукой на месте и в движении с разными заданиями 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость.	1	17.12.2015	
12	Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч одной рукой в движении,	1	24.12.2015	

		<p>забрасывать мяч в баскетбольную корзину двумя руками от груди.</p> <p>2. Упражнять в забрасывании мяча в ворота ногами.</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость, равновесие.</p>			
13	Забрасывание мяча	<p>1. Учить активным движениям при забрасывании мяча в баскетбольную корзину в движении одной рукой от плеча.</p> <p>2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с разными заданиями</p> <p>3. Развивать быстроту реакции, глазомер.</p>	1	14.01.2016	
14	Перебрасывание мяча	<p>1. Учить передавать мяч двумя руками от груди в парах, в движении.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча одной рукой от плеча и ловле двумя руками.</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость, умение быть организованным.</p>	1	21.01.2016	Мяч к груди не прислонять
15	Перебрасывание мяча	<p>1. Учить передавать мяч в парах разными способами в движении.</p> <p>2. Закрепить умение передавать мяч одной рукой от плеча и ловить двумя руками.</p> <p>3. Развивать чувство ритма, ловкость.</p>	1	28.01.2016	
16	Забрасывание мяча	<p>1. закрепить технику забрасывания мяча в баскетбольную корзину с трех шагов.</p> <p>2. Упражнять в умении принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель.</p> <p>3. Воспитывать организованность.</p>	1	4.02.2016	
17	Броски мяча	<p>1. Закрепить технику ловли мяча, удерживая кистями рук, останавливать ногой.</p> <p>2. Отрабатывать навык ведения мяча по «8»</p> <p>3. Развивать ловкость, мышление.</p>	1	11.02.2016	Правильный хват мяча
18		1. Продолжать учить ловить и передавать мяч, удерживать	1	18.02.2016	

	Перебрасывание мяча	кистями рук. 2. Упражнять в произвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию.			
19	Перебрасывание мяча	1. Учить регулировать силу броска при передаче мяча одной рукой и ловле двумя руками. 2. Упражнять в передаче и приеме мяча ногами. 3. Развивать глазомер, внимание, силу.	1	25.02.2016	
20	Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить принимать мяч в движении. 2. Упражнять в умении быстро и точно передавать мяч партнеру. 3. Развивать быстроту реакции, ловкость.	1	3.03.2016	
21	Перебрасывание мяча	1. Закреплять умение ловко принимать мяч, быстро и точно передавать мяч партнеру. 2. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком. 3. Развивать меткость, ловкость, координационные способности.	1	10.03.2016	
22	Отбивание мяча	1. Совершенствовать умение ловко отбивать мяч правой и левой рукой в движении. 2. Отрабатывать ведение мяча между ориентирами. 3. Развивать умение быстро действовать по сигналу	1	17.03.2016	
23	Школа мяча	1. Учить принимать мяч из разных исходных положений. 2. Закрепить технику броска по кольцу в движении 3. Воспитывать организованность. 4. Развивать равновесие, быстроту реакции.	1	24.03.2016	
24	Школа мяча	1. Совершенствовать активные движения кистями рук при броске мяча. 2. Закреплять умение занимать правильное исходное положение при метании мяча. 3. Развивать координационные способности.	1	31.03.2016	

25	Веселый мяч Диагностика	1. Совершенствовать умение забрасывать мяч в баскетбольную корзину с трех шагов. 2. Развивать умение быстро принимать правильное исходное положение при метании мяча. 3. Проверить скоростную выносливость 4. Воспитывать организованность.	1	7.04.2016	
26	Перебрасывание и забрасывание мяча Диагностика	1. Совершенствовать умение принимать правильное исходное положение при забрасывании мяча. 2. Проверить навыки в передаче мяча, ведению мяча по «8» 3. Развивать выносливость, силу рук.	1	14.04.2016	
27	Диагностика	1. Проверить навыки, броска мяча по кольцу с места, количество попаданий мяча в корзину 2. Воспитывать целеустремленность.	1	21.04.2016	
28	Весёлый мяч Диагностика	1. Проверить скоростные и скоростно - силовые возможности воспитанников 2. Закрепить навыки владения мячом. 3. Создать у детей радостное настроение.	1	28.04.2016	
	Итого		28		

### Список литературы

1. Адашкявичене Э.И. Баскетбол для дошкольников – Москва 1983.
2. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М. 1992.
3. Васильков Г.А., «Азбука мяча».
4. Журнал «Управление ДОУ» № 4 2007 год.