

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол – «Оранжевый атом»
для детей 6-7 лет

Занятия по программе «Баскетбол – «Оранжевый атом» направлены на создание общих предпосылок успешного обучения спортивной игре баскетбол.

При обучении игре в баскетбол используются развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, гибкость, сила, выносливость). Движения доставляют занимающимся радость и могут служить хорошим средством повышения умственной работоспособности. Ритмические упражнения, входящие в программу, содействуют всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышают возбудимость мышц, темп, силу, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

Работа по программе строится на основе программы образования детей Адашквичене Э.И. «Баскетбол для дошкольников», Овчинникова Т.С. Черная О.В. Баряева Л.Б. «Игры, занятия и упражнения с мячами».

Цели и задачи программы:

Цель: обучение основам спортивной игры баскетбол.

Задачи:

1. Образовательные:

- развивать умения схватить, удержать, бросать, рассчитать направление броска, согласовывать усиление с расстоянием, пространственную ориентировку;
- формирование навыков ведения (отбивание мяча на месте), ловли, передачи (перебрасывание мяча друг другу), забрасывание мяча в корзину;

2. Воспитательные:

- формирование устойчивого интереса к играм с мячом, желание использовать его в самостоятельной деятельности;
- формировать умение самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры;
- развивать умение играть в команде.

3. Оздоровительные:

- развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, силу;
- содействие развитию быстроты, ловкости, выносливости, ориентировке в пространстве;
- формирование привычек здорового образа жизни

Планируемые результаты.

1. Овладеют основными правилами передвижений с мячом, стойкой баскетболиста, с техникой ведения мяча, передачи, ловли и забрасывания мяча в корзину;
2. Овладение теоретическими основами тактических действий;
3. Ориентируются при передвижении по площадке, в сочетании с ходьбой, бегом, прыжками, остановками и поворотами в различных направлениях;
4. Знакомы с элементарными правилами игры в баскетбол;
5. Принимают правила игры, умеют играть в команде;
6. Проявляют выдержку, дружеское отношение к соперникам;
7. У детей развиваются специальные качества, которые обеспечивают соревновательную деятельность.

Итоговые результаты деятельности дополнительной образовательной программы предоставляются для родителей (законных представителей) на открытых спортивных мероприятиях.

Программа обучения детей игре в баскетбол предусматривает работу по следующим направлениям:

- **Техника перемещения.**

- *Техника удержания мяча.*
- *Ловля мяча.*
- *Передача мяча.*
- *Ведение мяча.*
- *Ведение мяча.*

Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий.

1. Движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения.
2. Ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.

Структура программы по обучению дошкольников игре баскетбол состоит из трех последовательных этапов:

Первый этап - 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. Передача мяча в шеренге и по кругу.
10. Передача мяча двумя и одной рукой друг другу в паре.

Второй этап - упражнения, подготавливающие к ведению мяча.

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.
2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.
4. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.
5. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом.
6. Чередувание подбрасывания мяча с ударами об пол.
7. Ведение мяча, ударя ладонью по нему (произвольным способом).
8. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.
9. Ведение мяча вокруг себя.
10. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.

Третий этап - упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину.

1. Перебрасывание мяча через сетку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы.
3. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
4. Бросок мяча в корзину, стоящую на полу, удобным для детей способом.
5. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

Материально-техническое обеспечение:

Место проведения: физкультурный зал, спортивная баскетбольная площадка.

Спортивное оборудование: баскетбольный щит с корзинами.

Спортивный инвентарь: баскетбольные мячи по возрасту детей; кегли; обручи.

Программно-методическое обеспечение: Методическая литература для педагога.

Кадровые ресурсы: организует занятия по программе «Баскетбол – «Оранжевый атом» инструктор по физической культуре.