Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "Детско-юношеская спортивная школа" города Волхов

Принята на заседании педагогического совета Протокол от *« 16 » августа* 2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА приказом «ДЮСШ г. Волхов» от «16 » августа 2022 г. № 139

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный баскетболист» физкультурно-спортивной направленности

Возраст детей: 5-7 лет Срок реализации программы: 2 года

Разработала программу Коробова Вера Владимировна, тренер-преподаватель

г. Волхов 2022 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурноспортивной направленности «Юный баскетболист» создана как основной нормативный документ, регламентирующий образовательный процесс в объединении.

Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана программа:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18 декабря 2020 года № 61573 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Примерные требования к программам дополнительного образования детей, утвержденные письмом Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

Методические рекомендации ПО проектированию дополнительных общеразвивающих программ, утвержденные Министерства письмом образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности, утвержденные письмом Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 21.01.2022 года №19-1366/2022 «Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности»;

Порядок организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ"

Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме, утвержденных 28 июня 2019 г. N MP-81/02вн заместителем Министра просвещения Российской Федерации М.Н.Раковой.

организациями, Порядок применения осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения образовательную организациями, осуществляющими деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Распоряжение Минпросвещения России от 25.12.2019 N P-145 "Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»

Методическими рекомендациями по внедрению методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися, утвержденные письмом Минпросвещения России от 23.01.2020 N MP-42/02 «О направлении целевой модели наставничества и методических рекомендаций»

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» города Волхов»

Актуальность программы

Программа разработана на основе разделов образовательной области «Физическая спортивно-оздоровительных культура». В группах баскетболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную элементарную групповую игру, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного изучают тактическую процесса, подготовку преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения.

Стремятся к овладению техническими приемами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Осваивают процесс игры в соответствии с правилами баскетбола.

Важными и социально-значимыми основаниями для реализации данной программы является, также, анализ детского и родительского спроса на обучение виду спорта баскетбол. Программа решает проблему занятости детей во внеурочное время и организации их досуга.

Педагогическая целесообразность

Физкультурно - спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации дошкольников. Физкультура и спорт, включают учащихся во множество социальных отношений с другими возрастными группами, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в последующей школьной среде.

В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. В ходе игр дошкольники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке, что способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Учащиеся объединения «Баскетбол» принимают активное участие в играх, эстафетах, а также, в соревнованиях «Юный баскетболист», «Баскетбольные звезды ГТО», «Маленькие звёздочки баскетбола».

Сетевое взаимодействие

Данная программа реализуется посредством сетевой формы ее реализации на базах МДОБУ д/с № 4, МДОБУ д/с № 10 г. Волхов.

Цель дополнительной общеразвивающей программы: развитие личностного потенциала ребенка и его физической культуры посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы Обучающие

- 1. Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетбол, правилами игры, техникой, тактикой.
- 2. Изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью.
- 3. Освоить упражнения с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений, скоростно-силовых качеств и общей выносливости.

Развивающие

- 1. Укреплять опорно-двигательный аппарат детей.
- 2. Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм.
- 3. Развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Воспитательные

- 1. Воспитывать трудолюбие, чувства личной ответственности.
- 2. Способствовать желанию заниматься физической культурой, формированию навыков здорового образа жизни.

Отличительные особенности программы от уже существующих

В программе используется модели краткосрочного наставничества и сетевого наставничества. Наставниками могут являться учащиеся старших групп объединения «Баскетбол», студенты физкультурных образовательных организаций, тренеры - преподаватели сетевых организаций, родители учащихся. Формы проведения встреч наставничества: беседы, соревнования, показательные выступления, мастер- классы.

Программа ориентирована на применение широкого комплекса традиционных средств обучения, а так же методов и приёмов авторской разработки, направленных на эффективное освоение основ баскетбола.

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической, и по уровням сложности в зависимости от года обучения. Признаки разноуровневой программы прослеживаются и в заданиях разной сложности к некоторым темам для учащихся одного уровня.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка разделена на упражнения общей и специальной подготовки (ОФП, СФП).

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу.

Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Программа «Юный баскетболист» направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма. Вместе с физическим развитием, совершенствованием техникотактических действий, укреплением здоровья идет процесс воспитания личности учащихся, их нравственных, волевых качеств, умение понимать и взаимодействовать с товарищем по команде.

Организационно - педагогические условия реализации программы Возраст учащихся, участвующих в реализации данной общеразвивающей программы, от 5 до 7 лет.

Возрастные особенности учащихся

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, оценки и мнение товарищей становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками.

Существенные изменения происходят в этом возрасте в детской игре, а именно, в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Дети часто пытаются контролировать действия друг друга — указывают, как должен вести себя тот или иной персонаж. В случаях возникновения конфликтов во время игры дети объясняют партнеру свои действия или критикуют их действия, ссылаясь на правила.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.

Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

В целом ребенок 6-7 лет осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, 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. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку.

По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна). Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель.

В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия.

Уровень сложности программы

Содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии со следующими уровнями сложности:

стартовый уровень предполагает: использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала; освоение азов баскетбола, основных умений и навыков; закладывает фундамент для физической деятельности;

базовый уровень для учащихся, достаточно подготовленных к изучению более сложных тем, охотно желающих заниматься баскетболом. Предполагает: закрепление и расширение знаний, совершенствование умений; освоение большого объема упражнений, развитие потребности самостоятельной работы на тренировках.

Структурная модель программы

Уровень	Наполняе	Возраст	Год	Режим	Объем	Особенности
	мость	учащихся,	обучени	занятия,	программ	организации
	учебных	особеннос	Я	час	ы в год,	образовательного
	групп	ти состава			час	процесса
Стартовый	12-15	5-6	1	1	39	на основе сетевого
Базовый	12-15	6-7	2	2	78	взаимодействия

Наполняемость учебных групп: 12 - 15 человек,

Срок реализации программы: два года в общем объёме 39 и 78 часов, 39 учебных недель.

Форма обучения: очная, дистанционная. Форма организации занятий: групповая.

Формы проведения занятий: аудиторные, внеаудиторные.

Основные формы аудиторных занятий: вводное занятие, беседа, наблюдение, учебно-тренировочное занятие, учебная игра, соревнования, итоговое занятие.

Режим занятий. Занятия проводятся 1,2 раза в неделю по 1 занятию в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования. Продолжительность одного занятия 30 минут. Перерыв между двумя занятиями 10 минут.

Учебно-тематический план на 2 года обучения

№ п/п	Название разделов и (или) тем программы		Ко	личест	во час	ОВ		Формы вводного, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
		1 год стартовый 2 год базовый						
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	Опрос
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	13	1	12	21	3	18	Мониторинг, практические задания.
3.	Специальная физическая подготовка (СФП)	18	2	16	41	4	37	Мониторинг, игра по станциям (квест)
4.	Упражнения и игры	6	1	5	14	1	13	
5.	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	Соревнования «Весёлые старты»
	Всего:	39	5	34	78	9	69	

Содержание программы первого года обучения (стартовый уровень)

1. Вводное занятие

Теория. Беседа «Требования техники безопасности на занятиях». **Инструктаж по Т.Б. Вводный контроль – опрос.**

Практика. Знакомство с детьми, игра «Назови своё имя».

2. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Беседа «Понятие о гигиене и санитарии». Методические указания по выполнению упражнений, корректирующие замечания.

Практика.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах.

Упражнения для развития быстроты. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат).

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения руки ног перевороты вперед, в стороны, назад. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке. **Текущий контроль игра:** «Покажи своё любимое упражнение».

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырех баскетбольных мячей).

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда».

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный Спортивные игры на время.

Данная тема реализуется по ссылке: https://vk.com/club151512207

3.Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория. Беседы «Физическая культура и спорт в России», «Состояние и развитие баскетбола в России». Методические указания по выполнению упражнений.

Практика.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом).

Промежуточная аттестация игра по станциям.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Метание мячей различного веса и объема, на точность, дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча.

4.Упражнения и игры.

Теория. Методические указания вовремя исполнения упражнений, комплексов, игр. Правила игр. Корректировка правильности выполняемых упражнений.

Практика

Тема	Задания
1.Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча	Стартовый уровень: 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками. 2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками. 3.Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом. 4.Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками. Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру». Базовый уровень: 1.Игры: «Вызов по имени», «Подвижная Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
	2. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.

	3.Бросание мяча вверх, с хлопком за спиной, и ловля его двумя руками. Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему». Углублённый уровень: 1.Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его. 2.Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку. 3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. 4.Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом). Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».
2.Упражнения, подготавливающие к ведению мяча	Стартовый уровень: 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя. 2.Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе. 3.Удар мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
	Базовый уровень: 1.Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. 2.Ведение мяча на место правой (левой) рукой. 3.Ведение мяча на место правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
	Углублённый уровень: 1.Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой. 2.Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол. 3.Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
3. Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину	Стартовый уровень: 1.Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом). 2.Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2—2,5 м), снизу, сверху и из-за головы. Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».
	Базовый уровень: 1.Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120х90 см), установленный на разной высоте. 2.Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
	Углублённый уровень: игры «Метко в корзину», «Чья команда больше».
4. Комплексы 1-13 (приложение 3)	Стартовый уровень: комплекс 1-3 по выбору. Базовый уровень: комплекс 4-7 по выбору. Углублённый уровень: комплекс по выбору.

5. Итоговое занятие.

Теория. Правила проведения соревнований.

Практика. Повторение пройденного материала.

Промежуточная аттестация: соревнования «Весёлые старты».

Содержание программы второго года обучения (базовый уровень)

1. Вводное занятие

Теория. Вводное занятие. Требования техники безопасности на занятиях. **Инструктаж по ТБ. Вводный контроль – опрос.**

Практика. Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».

2. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Беседа «Понятие о гигиене и санитарии». Методические указания по выполнению упражнений, корректирующие замечания.

Практика. Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнуты и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя, угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза.

Упражнения для развития быстроты. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног перевороты вперед, в стороны, назад. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке; метание мячей в подвижную и неподвижную цель. **Текущий контроль игра:** «Покажи любимое упражнение».

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырех баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Эстафеты, комбинированные **с** бегом, прыжками, метаниями.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный Спортивные игры на время.

Данная тема реализуется по ссылке: https://vk.com/club151512207

3.Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория. Беседы «Физическая культура и спорт в России», «Состояние и развитие баскетбола в России». Методические указания по выполнению упражнений.

Практика.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели). Промежуточная аттестация игра по станциям.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Метание мячей различного веса и объема, на точность, дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой

шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии). Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

4. Упражнения и игры.

Теория. Методические указания вовремя исполнения упражнений, комплексов, игр. Правила игр. Корректировка правильности выполняемых упражнений.

Практика

Тема	Задания
1. Упражнения и игры с передачей мяча	Стартовый уровень: 1.Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его. 2.Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте в парах. 3.Передача мяча двумя руками от груди при движении парами. 4.Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли. Игры: «10 передач», «Мяч водящему».
	Базовый уровень: 1.Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево). 2.Передача мяча в тропках, пятерках. 3.Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны. Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».
	Углублённый уровень: 1.Передача мяча парами при противодействии защитника. Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».
2. Упражнения и игры с ведением мяча	Стартовый уровень: 1.Ведение мяча на месте. 2.Ведение мяча вокруг себя. 3.Ведение мяча, продвигаясь шагом. Игры: «Мотоциклисты», «Скажи какой цвет».
	Базовый уровень: 1.Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча. 2.Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него. 3.Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.
	Углублённый уровень: Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча».
3. Упражнения и игры с бросками мяча в корзину	Стартовый уровень: 1.Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом. 2.Бросок мяча в цель (высота 1,5 м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку. 3.Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места. Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».

	Базовый уровень:			
	1. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).			
	2. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.			
	Игра: «Метко в корзину».			
	глублённый уровень:			
	.Сочетание действий: ловли-броска мяча, ведения-броска мяча,			
	ловли-ведения мяча, ведения-передачи мяча.			
	Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»; игра в баскетбол по			
	облегченным правилам.			
4. Комплексы 1-18	Стартовый уровень: комплекс 1-5.			
(приложение 3)	Базовый уровень: комплекс 6-10.			
	Углублённый уровень: комплекс 11-18.			

5.Итоговое занятие.

Теория. Правила проведения соревнований.

Практика. Повторение пройденного материала.

Промежуточная аттестация: соревнования «Весёлые старты».

Методическое обеспечение программы

No	Название	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический
Π/Π	разделов и (или)		организации	материал,
	тем		образовательного	техническое
			процесса	оснащение занятий
	1	год обучения (старто	вый уровень)	
1.	Вводное занятие.	Опрос. Учебное	Словестные,	Методическая
		занятие.	наглядные,	литература,
		Инструктаж по Т.Б.	практические.	спортивный
				инвентарь.
2.	Общая	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	физическая	тренировочное	наглядные,	литература,
	подготовка (ОФП)	занятие	практические.	спортивный
				инвентарь.
3.	Специальная	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	физическая	тренировочное	наглядные,	литература.
	подготовка (СФП)	занятие	практические.	Спортивный
				инвентарь: кольца
				для баскетбола,
				конструкции
				баскетбольные, мячи
				баскетбольные (№3,
				№5), сетки
				баскетбольные,
				стойки, маты,
				скакалки,
				гимнастические
				скамейки, теннисные
				мячи (арабские),
				обручи, кегли.
4.	Упражнения и	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	игры	тренировочное	наглядные,	литература,
	_	занятие	практические.	спортивный
				инвентарь.
5.	Итоговое занятие	Беседа,	Словестные,	Методическая

		соревнования	наглядные,	литература,
			практические.	спортивный
			-	инвентарь.
	2 г	од обучения (базовый	уровень)	
1.	Вводное занятие.	Опрос. Учебное	Словестные,	Методическая
		занятие.	наглядные,	литература,
		Инструктаж по Т.Б.	практические.	спортивный
				инвентарь.
2.	Общая	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	физическая	тренировочное	наглядные,	литература,
	подготовка (ОФП)	занятие	практические.	спортивный
				инвентарь.
3.	Специальная	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	физическая	тренировочное	наглядные,	литература.
	подготовка (СФП)	занятие	практические.	Спортивный
				инвентарь: кольца
				для баскетбола,
				конструкции
				баскетбольные, мячи
				баскетбольные (№3,
				№5), сетки
				баскетбольные,
				стойки, маты,
				скакалки,
				гимнастические
				скамейки, теннисные
				мячи (арабские),
				обручи, кегли.
4.	Упражнения и	Беседа, учебно-	Словестные,	Методическая
	игры	тренировочное	наглядные,	литература,
		занятие	практические.	спортивный
				инвентарь.
5.	Итоговое занятие	Беседа,	Словестные,	Методическая
		соревнования	наглядные,	литература,
			практические.	спортивный
				инвентарь.

Система оценки результатов

Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.

Предметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы

Уровень	Прогнозируемый результат	Система стимулирующего поощрения достижений учащихся
Стартовый	Знать: правила поведения до и после учебно-тренировочного занятия в спортивном зале, правила пожарной безопасности (инструкция по Т.Б.). Правила питьевого режима и гигиены. Иметь понятие о спортивной одежде, спортивном инвентаре и оборудовании. Понимать доступную спортивную терминологию. Знать правила подвижных и спортивных игр. Уметь: выполнять простые строевые упражнения: строиться в шеренгу, в колонну по одному, в круг, и т.д.; Легко ходить и бегать друг за другом по кругу, координируя работу рук и ног; Ползать на четвереньках, на локтях - грудью и спиной вперёд, прыгать на месте ноги врозь-вместе, и с продвижением вперёд. Прыгать через короткую скакалку любым способом; Освоить основы «школы мяча». Выполнять упражнения с передачей мяча, упражнения с ведением мяча, упражнения с бросками мяча в корзину, комплексы 1-13 согласно уровню сложности.	- устная благодарность, поощрительные призы и грамоты; - размещение на сайте сети Интернет.
Базовый	Знать: правила поведения до и после учебно-тренировочного занятия в спортивном зале, правила пожарной безопасности (инструкция по Т.Б.). Правила питьевого режима и гигиены. Иметь понятие о спортивной одежде, спортивном инвентаре и оборудовании. Понимать доступную спортивную терминологию. Знать правила подвижных и спортивных игр, разновидности бега и ходьбы, комплекс упражнений корректирующих осанку. Уметь: выполнять простые строевые упражнения: строиться в шеренгу, в колонну по одному, в круг, и т.д.; Легко ходить и бегать друг за другом по кругу, координируя работу рук и ног; Ползать на четвереньках, на локтях - грудью и спиной вперёд. Освоить основы «школы мяча». Выполнять упражнения с передачей мяча, упражнения с ведением мяча, упражнения с бросками мяча в корзину, комплексы 1-18 согласно уровню сложности.	- устная благодарность; - размещение на сайте сети Интернет, - объявление благодарности, поощрительные призы, грамоты.

Для проверки освоения программы используются следующие формы контроля:

вводный контроль – опрос, проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей учащихся, поступивших на 1 год обучения, или осваивающих программу 2-го года обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеразвивающей программе;

текущий контроль успеваемости — мониторинг, контрольные задания, упражнения, наблюдение, осуществляется на занятиях в течение всего учебного года, с целью установления фактического уровня теоретических знаний и практических умений и навыков по темам разделам данной программы;

промежуточная аттестация – викторины, контрольные тесты, соревнования, открытые занятия проводится 2 раза в год (декабрь, май), с

целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения. Викторины по типу: «День здоровья», товарищеские игры, эстафеты с элементами баскетбола, игра по станциям (квест).

Список литературы

для педагогов

- 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка / Ю.И. Гришина. М.: ФиС, 2010
- 2. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания / В.И. Лях, А.А. Зданевич. М.: ФиС, 2008
- 3. Новиков, Ю.Н. Физкультура или спорт / Ю.Н. Новиков. М.: ФиС, 1996
- 4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М.: Академия, 2000.

для учащихся

- 1. Бердышев, С.Н. Здоровье на «отлично». Самоучитель по укреплению здоровья для детей / С.Н. Бердышев. М.: Рипол классик, 2002
- 2. Володин, В.А. Большая детская энциклопедия (том 20). Спорт / В.А. Володин. М.: АСТ, 2010
- 3. Гриненко, М.Ф. Начинайте день с зарядки / М.Ф. Гриценко, Г.С. Решетников. М.: ФиС, 1981

Электронные ресурсы

1.Возростные особенности [Электронный ресурс]: https://lyc1575.mskobr.ru/files/ (дата обращения 21.06.2022).

Приложение 1

Календарный учебный график к дополнительной общеразвивающей программе «Юный баскетболист» на 2022 - 2023 учебный год

1. Начало учебного года: 01.09.2022

2. Окончание учебного года: 31.05.2023

3. Продолжительность учебных занятий: 1, 2 раза в неделю по 1 занятию, продолжительностью 30 минут. Перерыв между занятиями 10 минут.

4. Продолжительность учебного года

	Год	Количество	Количест	Количество	Количество	Количество
	обучения	детей	во часов	часов	часов	часов в год
			в неделю	в 1 полугодии	во 2	
					полугодии	
Группа 1	2	12-15	2	36	42	78
Группа 2	1	12-15	1	17	22	39
Группа 3	1	12-15	1	17	22	39
Группа 4	1	12-15	1	17	22	39
Группа 5	1	12-15	1	17	22	39
Группа 7	1	12-15	6	102	132	234
(младшие)						

5. Режим работы:

з. тежим раб	OIDI.		_		
«Юный	Понедель	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
баскетболист»	ник				
Коробова В.В.					
Д/с № 10			10.05 – 10.30		09.00- 09.25
группа 1			(1)		(1)
Д/с № 10			10.35 -11.00		
группа 2			(1)		
Д/с №4					11.00-11.30
группа 3					(1)
Д/с № 4				10.40 - 11.10	
группа 4				(1)	
Д/с № 4					10.30 - 11.00
группа 5					(1)
Группа № 7	16.40 -		16.40 – 18.15		16.40 – 18.15
(младшие)	18.15		(2)		(2)
·	(2)				

6. Проведение вводного и текущего контроля, промежуточной аттестации

Вводный контроль – сентябрь 2022

Промежуточная аттестация за 1 полугодие – декабрь 2022

Промежуточная аттестация за 2 полугодие – май 2023

7. Каникулы

Зимние 01.01.-08.01.2023

8. Праздничные дни в 2022-2023 учебном году:

4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1,9 мая.

9. Место проведения занятий: МДОБУ д/с № 4, МДОБУ д/с № 10, ДЮСШ г. Волхов.

Группы 1 года обучения (стартовый уровень)

№ п/п	Дата		Тема, форма контроля, аттестации.	Кол-во
	планируема	фактическая		час.
	Я			
		1 полугодие	2022-2023 учебного года	
1. Вво д	ное занятие			1
1			Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Вводный	1
			контроль опрос. Общеукрепляющие	
			упражнения.	
2. Обща	ая физическая	подготовка (С	ЭΦП)	13
2			Беседа «Понятие о гигиене и санитарии».	1
			Строевые упражнения.	
3			Упражнения для шеи и туловища.	1
4			Упражнения для рук и плечевого пояса.	1
5			Упражнения для ног.	1
6			Упражнения для всех групп мышц.	1
7			Упражнения для развития силы.	1
8			Упражнения для развития силы.	1
9			Упражнения для развития гибкости.	1
10			Упражнения для развития гибкости.	1
11			Упражнения для развития ловкости.	1
12			Упражнения для развития ловкости. «Покажи	1
			любимое упражнение».	
13			Упражнения типа «полоса препятствий».	1
14			Упражнения типа «полоса препятствий».	
. Спец	иальная физи	ческая подгото	овка (СФП)	18
15			Беседы «Физическая культура и спорт в России».	1
			Инструктаж по Т.Б.	
16			Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из	1
			различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом,	
			боком и спиной вперед.	
17			Бег с максимальной частотой шагов на месте и с	1
			перемещением. Промежуточная аттестация	
			игра по станциям.	
			Итого за 1 полугодие:	17
		2 полу	угодие 2022-2023 учебного года	
18			Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам.	1

	Bcero:	39
	Итого за 2 полугодие:	22
37	Промежуточная аттестация соревнования «Весёлые старты».	1
5. Итоговое занятие 39		<u>1</u>
38	Комплексы 1-13 по выбору.	1
	мяча в корзину.	
37	Упражнения и игры, подготавливающие к броску	1
36	Упражнений, подготавливающие к ведению мяча	1
35	Упражнений, подготавливающие к ведению мяча	1
34	Упражнений и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча	1
33	Упражнений и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча	1
4. Упражнения и и г		6
X 7	бросками мяча.	
32	Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и	1
51	бросками мяча.	1
31	Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и	1
30	Комбинированные упражнения Комбинированные упражнения	1
29	Ударами в пол. Комбинированные упражнения	1
20	ударами в пол.	1
28	Ловля мяча от стены (батута). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с	1 1
27		1
26	Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей.	1
26	внезапно появившуюся цель.	1
25	Метание теннисного и баскетбольного мяча во	1
24	Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	1
	веревочку на точность попадания.	
23	Броски мячей через волейбольную сетку, через	1
22	Метание мячей различного веса и объема.	1
21	Передвижение в упоре на руках по кругу.	1
	рукой.	
	одновременно и попеременно правой и левой	
20	Отталкивание от стены ладонями и пальцами	1
	направления.	
19	Бег за лидером без смены и со сменой	1

Группы 2 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Дата		Тема, форма контроля, аттестации.	Кол-во
	планируема	фактическая		час.
	Я			
		1 полугодие	2022-2023 учебного года	
1. Ввод	цное занятие			1
1			Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Вводный	1
			контроль опрос. Общеукрепляющие	
			упражнения.	
2. Общ	2. Общая физическая подготовка (ОФП)			21
2			Беседа «Понятие о гигиене и санитарии».	1
			Строевые упражнения.	
3			Упражнения для шеи и туловища.	1

5	4	Упражнения для шеи и туловища.	1
1	•		1
7			1
8			1
9		•	1
10		•	1
1	-	1 1	1
12		1 1	1
13			1
14 Упражнения для развития гибкости. 1 15 Упражнения для развития гибкости. 1 16 Упражнения для развития гибкости. 1 17 Упражнения для развития ловкости. 1 18 Упражнения для развития ловкости. 1 19 Упражнения для развития ловкости. 1 19 Упражнения для развития ловкости. 1 19 Упражнения для развития ловкости. 1 10 19 Упражнения для развития ловкости. 1 10 10 10 10 10 10 10			1
15			1
16 Упражнения для развития гибкости. 1 17 17 17 17 17 18 18			1
17			
18		A A	1
19			1
20 Угоражнения типа «полоса препятствий». 1			1
20 Упражнения типа «полоса препятствий». 1 21 Упражнения типа «полоса препятствий». 1 1 1 22 Упражнения типа «полоса препятствий». 1 1 3. Специальная физическая подготовка (СФП) 41 23 Беседы «Физическая культура и спорт в России». 1 1 24 Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. 25 Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. 26 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 27 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 28 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 29 Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. 1 30 Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. 1 31 Бег за лидером без смены и со сменой направления. 32 Бег за лидером без смены и со сменой направления. 1 1 1 1 1 1 1 1 1	19	*	1
21	20		1
22 Упражнения типа «полоса препятствий». 1 3. Специальная физическая подготовка (СФП) 41 23 Беседы «Физическая культура и спорт в России». 1 7 7 7 7 7 7 7 7 7			
32 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1 29 29 29 29 29 29 29			1
Беседы «Физическая культура и спорт в России». 1	<u> </u>		<u>1</u> //1
24 Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. 1 25 Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. 1 26 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1 27 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1 28 Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1 29 Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. 1 30 Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. 1 31 Бег за лидером без смены и со сменой направления. 1 32 Бег за лидером без смены и со сменой направления. Промежуточная аттестация игра по станциям. 1 33 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 4 Итого за 1 полугодие: 36			
различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Вег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Вег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Вег за лидером без смены и со сменой 1 направления. Бег за лидером без смены и со сменой 1 направления. Бег за лидером без смены и со сменой 1 направления. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 итого за 1 полугодие: Зб иолугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу.			
Боком и спиной вперед. 1 1 25 25 25 26 26 26 26 26	24	* **	1
Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед.			
различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером без смены и со сменой направления. Бег за лидером без смены и со сменой направления. Промежуточная аттестация игра по станциям. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Тередвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу.	25		1
Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением.	2.5		1
Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1 перемещением. 27			
Перемещением. 27	26	· ·	1
Бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением.	20		1
Перемещением. 1	27		1
Бет с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением. 1			1
Перемещением. 29	28		1
29			-
30	29		1
31 Бег за лидером без смены и со сменой направления. 1 32 Бег за лидером без смены и со сменой направления. Промежуточная аттестация игра по станциям. 1 33 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 1 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
Направления. 1 1 1 1 1 1 1 1 1			
Бет за лидером без смены и со сменой направления. Промежуточная аттестация игра по станциям. 1		*	1
направления. Промежуточная аттестация игра по станциям. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу. Титого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу.	32	*	1
по станциям. 33 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 1 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37		*	-
33 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 1 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37			
одновременно и попеременно правой и левой рукой. 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу. 1	33		1
рукой. 34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами 1 одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами 1 одновременно и попеременно правой и левой рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
34 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 1 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
одновременно и попеременно правой и левой рукой. Инструктаж по Т.Б. 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу. 1	34		1
рукой. Инструктаж по Т.Б. 35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
35 Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. 1 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
одновременно и попеременно правой и левой рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1	35		1
рукой. 36 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
Передвижение в упоре на руках по кругу. 1 Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
Итого за 1 полугодие: 36 2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1	36		1
2 полугодие 2022-2023 учебного года 37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1	•		36
37 Передвижение в упоре на руках по кругу. 1			
	37	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	1
	38		1

39	Метание мячей различного веса и объема.	1
40	Метание мячей различного веса и объема.	1
41	Броски мячей через волейбольную сетку, через	1
	веревочку на точность попадания.	
42	Броски мячей через волейбольную сетку, через	1
	веревочку на точность попадания.	
43	Броски мячей через волейбольную сетку, через	1
	веревочку на точность попадания.	
44	Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	1
45	Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	1
46	Метание теннисного и баскетбольного мяча во	1
	внезапно появившуюся цель.	
47	Метание теннисного и баскетбольного мяча во	1
	внезапно появившуюся цель.	
48	Метание теннисного и баскетбольного мяча во	1
	внезапно появившуюся цель.	
49	Броски мяча в стену (батут) с последующей	1
	ловлей.	
50	Броски мяча в стену (батут) с последующей	1
	ловлей.	_
51	Броски мяча в стену (батут) с последующей	1
	ловлей.	
52	Ловля мяча от стены (батута).	1
53	Ловля мяча от стены (батута).	1
54	Ловля мяча от стены (батута).	1
55	Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с	1
	ударами в пол.	1
56	Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с	1
	ударами в пол.	•
57	Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с	1
	ударами в пол.	1
58	Комбинированные упражнения	1
59	Комбинированные упражнения	1
60	Комбинированные упражнения	1
61	Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и	1
	бросками мяча.	•
62	Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и	1
02	бросками мяча.	1
63	Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и	1
	бросками мяча.	1
Упражнения и игры		14
64	Упражнения и игры, подготавливающие к	1
	обучению технике передачи – ловли мяча.	-
65	Упражнения и игры, подготавливающие к	1
	обучению технике передачи – ловли мяча.	1
66	Упражнения и игры, подготавливающие к	1
	обучению технике передачи – ловли мяча.	1
67	Упражнения, подготавливающие к ведению	1
·	мяча.	1
68	Упражнения, подготавливающие к ведению	1
	мяча.	1
69	Упражнения, подготавливающие к ведению	1
		1
	Mgua	
70	мяча. Упражнения и игры, подготавливающие к броску	1

71	Упражнения и игры, подготавливающие к броску	1
	мяча в корзину.	
72	Комплексы 1-3	1
73	Комплексы 4-6	1
74	Комплексы 7-9	1
75	Комплексы 10-12	1
76	Комплексы 13-15	1
77	Комплексы 16-18	1
5. Итого	овое занятие	1
78	Промежуточная аттестация соревнования	1
	«Весёлые старты».	
	Итого за 2 полугодие:	42
	Всего:	78

Коробова В.В. группа№ 7 (стартовый уровень 1 год обучения)				
№ п/п	Дата планируема	фактическая	Тема, форма контроля, аттестации.	Кол-во час.
	R			
		1 полугодие	2022-2023 учебного года	T
l. Тем:	а: Вводное зан	ятие		2
1			Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Вводный	2
			контроль опрос. Общеукрепляющие	
			упражнения.	
2. Тема	: Общая физи	ческая подгото	овка (ОФП)	50
2			Беседа: «Общая характеристика подготовки спортсмена», ОРУ.	2
3			Беседы: «Режим дня», «Питьевой режим», ОРУ.	2
4			Беседа: «Гигиенические требования к занимающимся спортом», ОРУ.	2
5			Строевые упражнения, комплекс ОФП.	2
6			Строевые упражнения, комплекс ОФП.	2
7			Строевые упражнения, комплекс ОФП.	2
8			Строевые упражнения, комплекс ОФП.	2
9			Упражнения в ходьбе и беге. Бег на полной стопе, в различном темпе, по прямой, по кругу, по диагоналям. Игра «Пятнашки».	2
10			Упражнения в ходьбе и беге. Бег на полной стопе, в различном темпе, по прямой, по кругу, по диагоналям. Игра «Пятнашки».	2
11			Упражнения в ходьбе и беге. Бег с носка при ускорениях. Техника бега с использованием «двух шагов». Игра «Невод»	2
12			Упражнения в ходьбе и беге. Бег с носка при ускорениях. Техника бега с использованием «двух шагов». Игра «Невод»	2
13			Эстафеты.	2
14			Упражнения в прыжках. Прыжки толчком одной ногой; толчком двумя ногами (с места, с разбега).	2
15			Упражнения в прыжках. Прыжки толчком одной ногой; толчком двумя ногами (с места, с разбега).	2
16			Бег равномерный и переменный Спортивные игры на время.	2
17			Упражнения «полоса препятствий».	2
18			Упражнения в прыжках. Остановки – шагом,	2

	прыжком.	
19	Текущий контроль – игра «Моё любимое	2
	упражнение комплекса ОФП». Эстафета.	
20	Прыжки в длину с места, многократные прыжки с	2
	ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание	
	предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда».	
21	Прыжки в длину с места, многократные прыжки с	2
	ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание	
22	предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда».	
22	Упражнения в равновесии на гимнастической	2
	скамейке.	
23	Упражнения в равновесии на гимнастической	2
2.1	скамейке.	
24	Упражнения с преодолением собственного веса:	2
	подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания	
25	на одной и двух ногах. Упражнения с преодолением собственного веса:	2
25	подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания	2
	на одной и двух ногах.	
26	Эстафеты, полосы препятствий.	2
	ная физическая подготовка (СФП)	80
27	Бег с максимальной частотой шагов на месте и с	2
41		<i>L</i>
20	перемещением.	2
28	Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из	2
	различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом,	
20	боком и спиной вперед.	
29	Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам:	2
	вдогонку за партнером, в соревновании с	
	партнером за овладение мячом, за летящим	
	мячом с задачей поймать его.	
30	Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам:	2
	вдогонку за партнером, в соревновании с	
	партнером за овладение мячом, за летящим	
	мячом с задачей поймать его.	
31	Бег за лидером без смены и со сменой направления	2
	(зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с	
	поворотом).	
32	Отталкивание от стены ладонями и пальцами	2
	одновременно и попеременно правой и левой рукой.	
	Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и	
22	влево), носки ног на месте.	2
33	Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер.	2
34	Имитация броска с амортизатором (резиновым	2
34	бинтом), гантелями.	2
35	Метание мячей различного веса и объема, на	2
33	точность, дальность, быстроту.	2
	Метание мячей различного веса и объема, на точность,	2
36	interactine min ten passin meno beca in oudema, na tendetto,	/.
36		_
	дальность, быстроту.	
36	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через	2
37	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания.	2
	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Броски мячей через волейбольную сетку, через	
37	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания.	2
37 38 39	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	2 2 2
37 38 39 40	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	2 2 2 2
37 38 39	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге. Метание теннисного и баскетбольного мяча во	2 2 2
37 38 39 40	дальность, быстроту. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге.	2 2 2 2

43	Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей.	2
44	Ловля мяча от стены (батута). Броски мяча в стену (батут) с последующей	2
	ловлей. Ловля мяча от стены (батута).	
45	Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол.	2
46	Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с	2
40	ударами в пол.	2
47	Упражнения на снарядах Промежуточная	2
	аттестация игра по станциям (квест).	
48	Ведение одновременно правой и левой рукой	2
	двух мячей, со сменой рук.	
49	Ведение одновременно правой и левой рукой	2
	двух мячей, со сменой рук.	
50	Комбинированные упражнения, состоящие из	2
	бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения	_
	с предельной интенсивностью. Инструктаж по	
	Т.Б.	
51	Игры с мячом, эстафеты.	2
31		102
	Итого за 1 полугодие:	102
50	2 полугодие 2022-2023 учебного года	2
52	Упражнения со снарядами: скакалка, гантели,	2
	набивные мячи, мешки с песком.	
53	Упражнения со снарядами: скакалка, гантели,	2
	набивные мячи, мешки с песком.	
54	Упражнения со снарядами: скакалка, гантели,	2
	набивные мячи, мешки с песком.	
55	Упражнения со снарядами: скакалка, гантели,	2
	набивные мячи, мешки с песком.	
56	Упражнения со скакалкой.	2
57	Упражнения со скакалкой.	2
58	Игры с мячом.	2
59	Спринтерский бег.	2
60	Прыжки и прыжковые упражнения.	2
61	Прыжки и прыжковые упражнения.	2
62	Прыжки и прыжковые упражнения.	2
63	Прыжки и прыжковые упражнения.	2
64	Упражнения для развития быстроты, ловкости,	2
	координации движений.	-
65	Упражнения для развития быстроты, ловкости,	2
0.5	координации движений.	_
66	Упражнения для развития быстроты, ловкости,	2
00	координации движений.	2
		100
67 в 1 ема. У пражне	Броски двумя руками от груди с места Игра «Мяч	2
07	в корзину».	2
68		2
00	Броски двумя руками от груди с места Игра «Мяч	2
	В корзину».	2
60	Броски двумя руками от груди с места Игра «Мяч	
69		2
	в корзину».	
69 70	в корзину». Ведение мяча на месте, в движении шагом, в	2
70	в корзину». Ведение мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом.	2
	в корзину». Ведение мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом. Ведение мяча на месте, в движении шагом, в	
70	в корзину». Ведение мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом.	2

73	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
74	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
75	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
76	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
77	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
78	Комплексы упражнений 1 -5 (приложение 3).	2
79	Подвижные игры «Третий лишний», «Поймай мяч».	2
80	Подвижные игры «Третий лишний», «Поймай мяч».	2
81	Ведение мяча с обводкой стоек. Игра «Пятнашки с ведением».	2
82	Ведение мяча с обводкой стоек. Игра «Пятнашки с ведением».	2
83	Ведение мяча с обводкой стоек. Игра «Пятнашки с ведением».	2
84	Передачи в парах. Игра «Мяч капитану».	2
85	Передачи в парах. Игра «Мяч капитану».	2
86	Передачи в парах. Игра «Мяч капитану».	2
87	Ловля мяча двумя руками на уровне груди.	2
	Ведение мяча на месте. Игра «Мяч в корзину».	_
88	Ловля мяча двумя руками на уровне груди.	2
	Ведение мяча на месте. Игра «Мяч в корзину».	
89	Ловля мяча двумя руками на уровне груди. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч в корзину».	2
90	Ловля мяча двумя руками на уровне груди. Игра «Мяч по кругу».	2
91	Ловля мяча двумя руками на уровне груди. Игра «Мяч по кругу».	2
92	Передачи от груди двумя руками в стену. Эстафеты с элементами баскетбола.	2
93	Передачи от груди двумя руками в стену. Эстафеты с элементами баскетбола.	2
94	Броски с точек в шаге от кольца. Игра «Точно в цель».	2
95	Броски с точек в шаге от кольца. Игра «Точно в цель».	2
96	Броски с точек в шаге от кольца. Игра «Точно в цель».	2
97	Игра с заданиями. Подвижные игры.	2
98	Игра с заданиями. Подвижные игры.	2
99	Игра с заданиями. Подвижные игры.	2
100	Эстафеты с элементами баскетбола.	2
101	Броски с точек двумя руками от груди	2
100	Игра «Мяч капитану».	
102	Броски с точек двумя руками от груди Игра «Мяч капитану».	2
103	Броски с точек двумя руками от груди Игра «Мяч капитану».	2
104	Игра «Пятнашки с ведением».	2
105	Игра «Пятнашки с ведением».	2
106	Игра «Пятнашки с ведением».	2
107	Основная стойка, передвижение в стойке. Игра по заданию.	2
108	Основная стойка, передвижение в стойке. Игра по	2

	заданию.	
109	Основная стойка, передвижение в стойке. Игра по	2
	заданию.	
110	Остановки – шагом, прыжком.	2
111	Остановки – шагом, прыжком.	2
112	Остановки – шагом, прыжком.	2
113	Эстафеты с элементами баскетбола.	2
114	Игра мини-баскетбол.	2
115	Игра мини-баскетбол.	2
116	Игра мини-баскетбол.	2
5. Тема	: Итоговое занятие	2
117	Промежуточная аттестация соревнование.	2
	Итого за 2 полугодие:	132
	Всего:	234

Приложение 2

Оценочные материалы для проведения вводного, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся

Вводный контроль – опрос 1-2 год обучения

Текущий контроль успеваемости. Игра «Покажи своё любимое упражнение».

Учащийся показывает запомнившееся и полюбившееся упражнение общей физической подготовки, или комплекс нескольких упражнений. Упражнение (комплекс) выполнено правильно, с учётом техники исполнения - высокий уровень; если упражнение (комплекс) выполнено с рядом помарок и неточностей, но

учащийся старается - средний уровень; ребёнок не старается - низкий уровень.

Промежуточная аттестация: игра по станциям (комплекс упражнений и игр из приложения 3).

Соревнования «Весёлые старты» (примерный план):

- 1.Игра «Сбей кеглю». Дети становятся за линию, в 2-3 м от которой находятся 3-4 кегли. Мяч можно прокатывать, бросать любым способом. Задание выполняют 3-4 детей одновременно.
- 2. Игра «Мяч в корзину». Дети в командах свободно располагаются вокруг корзин, каждый с мячом. После сигнала тренера бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в нее. Выигрывает команда с большим числом попаданий.
- 3.Подвижная игра «Обгони мяч». Дети делятся на 2 команды. Передают мячи, стоя на расстоянии 1-1,5 м друг от друга, двумя руками от груди, эстафета на скорость.
- 4. Эстафета ведения мяча форме соревнования «Чья команда быстрее выполнит задание».

Методические материалы программы

Перечень УМК

Методические разработки

На протяжении всего периода обучения дошкольники проходят несколько возрастных этапов, на каждом из которых предусматривается решение определенных задач. Общая направленность подготовки юных спортсменов от этапа к следующему этапу следующая:

постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;

планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействий с партнерами;

переход от обще-подготовительных средств к наиболее специализированным для баскетболиста;

увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;

увеличение объема тренировочных нагрузок;

повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья юных баскетболистов.

Методика занятий с детьми 5-6 лет

В старшей группе детского сада в основном необходимо проводить упражнения и игры, подготавливающие к усвоению техники передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, прежде всего используя игры и упражнения с мячом, включенные в «Программу воспитания в детском саду».

На начальном этапе обучения необходимо внимании уделять разнообразию упражнений. Особое значение имеют такие игры, в которых все дети по отдельности или в парах могут действовать с мячом. Только после того как они научатся свободно действовать c целесообразно проводить подготовительные упражнения и игры по обучению ловле-передаче мяча.

Действия по перебрасыванию мяча привычные для детей и являются подготовительными к обучению броскам мяча в корзину. После этого целесообразно давать упражнения, связанные с обучением ведению мяча, сочетая их с упражнениями и играми с бросками мяча в корзину.

Методика занятий с детьми 6-7 лет

- В подготовительной к школе группе необходимо научить детей определенной технике передачи, ловли, ведения и бросков мяча. Постепенное усложнение достигается систематическим включением их в занятия:
- в упражнениях на месте, затем в движении, с дополнительными заданиями, при противодействии другого игрока, в сочетании разных действий с мячом и без мяча;
- в играх: усложняя действия с мячом в взаимодействия игроков между собой.

При закреплении навыков действий с мячом на последующих занятиях целесообразно менять условия выполнения их. Смена упражнений и игр обеспечивает разнообразие, а вместе с тем и эмоциональность их проведения, а повторение позволяет увеличивать двигательную активность детей в течение занятий, так как не требует подробного объяснения, показа движений, правил игры.

Примерные планы комплексов для учащихся 5-6 лет

	Комплекс 1
Задачи	Учить детей брать мячи из корзины и класть их на место. Дать возможность осознать

	dyraywaaywa yayaarma yaya (yyayyaamy paa afir ay)
Пособия	физические качества мяча (упругость, вес, объем)
Содержание и	Мячи резиновые по количеству детей. Первая часть.
методика	1. Ходьба друг за другом. Взять мячи по очереди из корзины.
проведения	2. Толкнугь лежащий мяч, догнать и поднять его. Упражнение выполняют все дети
проведения	одновременно (4—6 раз).
	3. Катание мяча одной рукой вокруг предметов. Построить детей в 4-6 колонн, расставить
	напротив каждой колонны 4-6 набивных мячей или других предметов. Катать мяч правой
	и левой рукой, наклонившись.
	Вторая часть.
	1. Игра «Подбрось повыше». Все дети бросают мячи как можно выше и ловят их. Ловить
	можно после отскока мяча от пола или на лету (3-4 мин).
	2.Удары мяча о землю и ловля его двумя руками (2-3 мин). По окончании упражнения
	положить мячи в корзину.
	Третья часть.
	Игра «Сбей кеглю». Дети становятся за линию, в 2-3 м от которой находятся 3-4 кегли.
	Мяч можно прокатывать, бросать любым способом. Задание выполняют 3-4 детей
	одновременно (3 мин).
	Комплекс 2
Задачи	Формировать умение владеть мячом, учиться не мешать товарищу по игре, воспитывать
<i>Зида</i> III	дружеские взаимоотношения между детьми.
Пособия	Мячи резиновые по количеству детей.
Содержание и	
методика	1. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Построение в шеренгу.
проведения	2. Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками. Упражнение дети выполняют,
	свободно располагаясь на площадке. Напомнить детям, что мяч следует ловить пальцами
	и кистями рук, не прижимам его к груди. Повторить 8- 10 раз.
	3. Катание мяча, наклонившись, обеими руками. Упражнение выполняют все дети
	одновременно 4-6 раз. Напомнить, что при катании следует смотреть вперед, догоняя
	мяч, не мешать товарищу.
	Вторая часть.
	Свободная игра детей с мячом на площадке (7-8 мин). Вначале тренер напоминает,
	какие действия можно производить с мячом: катать, бросать вверх, вниз, бросать в
	корзину, вести па месте, играть с мячом передвигаясь и т. д. <i>Третья часть</i> .
	Дети становятся и круг, тренер с мячом в середину круга. Он бросает мяч (не
	но очереди), дети ловят и передают обратно. Напомнить детям, как правильно стоять,
	чтобы быстрее поймать мяч.
	Комплекс 3
Задачи	Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на
	сигнал, воспитывать выдержку и внимание.
Пособия	Мячи резиновые по количеству детей, свисток.
Содержание и	
методика	1. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Подбросить мяч вверх и поймать его (5-6 раз
проведения	подряд).
	2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Учить следить
	мячом при броске, ловить ладонями. Повторить 8-10 раз.
	3. Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его. Тренер напоминает, что надо
	стараться бросить мяч выше, чтобы успеть хлопнуть руками, следить за мячом,
	ловить пальцами и кистями рук. Повторить 6-8 раз. Вторая часть.
	<i>вторая часть</i> . Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй». Напомнить детям, какие можно
	выполнять движения с мячом. Объяснить, что после сигнала необходимо как можно
	быстрее поймать мяч и держать его свободно, обеими руками на уровне груди, пальцы
	широко расставлены. Повторить 5-б раз.
	Третья часть.
	Малоподвижная игра «Будь внимателен» (3-4 мин). Дети становятся в
	кружок, в середине его ведущий (Тренер). Ведущим бросает мяч кому-либо из круга,
	применяя обманные действия, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает
	штрафное очко. Напомнить детям, как надо принимать мяч.
	Комплекс 4

Пособия
Пособия Содержание методика проведения И е р в ав ч а с т в. 1. Свободная игра детей с мачом на площадке (1 мин). 2. Бросание мача в стему (или в щит) и ловия ого после отскока (8-10 раз). Объяснить дегям, что мач необходимо встречать руками, заранее образуя при помощи пальцев как ба половину полого опара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно стояли и держали мяч. В тор а м ч а с т в. 1. Подвижная игра «Сделай фигуру». Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз. 1 р е т в м ч а с т в. 1 Пер в ав ч а с т в. 1 Игра «Мач в корзину». Дети свободно располагаются вокрут корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в пес. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавний 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мещали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Задачи Учить довле мяча, упраживить в умении действовать с иим, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружсекие взаимоотношения между детьми. Мачи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. 1 Пер ва ч а с т в. 1 Пер ав ч а с т в. 1 Пер ав ч а с т в. 1 Пер ав ч а с т в. 2 Пера а ч а с т в. 1 Пер ав ч а с т в. 2 Пера а ч а с т в. 2 Пера а ч а с т в. 3 пода и ч с т в. 3 пода и ч с т в. 3 пода и ч с т в. 4 по ра и ч с т в. 5 подавивая игра обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо верх и высоко. 7 р е т в ч а с т в. 1 пер ав и а с т в. 3 подачи на точно верх и ловля тмяч или делают инотноточной. 5 подавивает на точно верх и ловля тмяч или делают инотноточной. 5 пособия в тра з ч а с т в. 5 подавинает на точно верх и ловля тмяч или делают инотноточной. 5 подавинает на точно верх и ловля тмяч или делают инотноточной. 5 пособия в тра з ч с т в. 5 подавичения на промерения промерения промения и повкости, учить дружно играт. 6 порожение мяча вверх и ловля его после отскока. Повт
Первая часть
1.Свободная игра детей с мячом на площадке (1 мин).
делям, что мяча виля и ловля сго ладонями после отскока. Повторить 8-10 раз. 3. Бросание мяча в стенку (или в щит) п ловля ого после отскока (8-10 раз). Объяснить делям, что мяч необходимо встречать руками, заранее образуя при помощи пальцев как бы половину полото шара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно столя и держали мяч. В торая часть. Подвижная игра «Сделай фигуру». Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз. Третья часть. Игра «Мач в коряниу». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, старясь попасть в нее. Выштывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Задачи Учить ловле мяча, упражиять в умении действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Ивчи речиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. Иереая часть 1. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. Иереая часть 2. Игра «Об переда». Повторить 2-3 раза. Тренер показывает и объясняет, как правильно ловить мяч. Задание выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2.Игра «Об переда». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груды, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно ловить мяч. В тора часть в подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать прямо вверх и высоко. Треть я часть в сметь объяснить что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать прями меж обрасать партнеру-на уровне группы датами. Комплекс 6 Формировать навыки бросания мяча, совершествовать навык ловли мяча, проведения прася часть. Пособия Мачи резиновые по количеству детей, свистока. Повторить 6-8 раз. П
З.Бросанием яча в стенку (или в щит) п ловля ото после отскока (8-10 раз). Объвснить делям, что мяч необходимо встречать руками, заранее образуя при помощи пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно стояли и держали мяч. В то рал ча сть. Подвижная игра «Сделай фигуру». Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз. Игра «Мяч в корзину». Деги свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в нее. Выпгрывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Толе мяча, упражнять в ументи действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Пособия Содержание методика проведения проведения проведения и дете в с комплекству детей, свисток, 3-4 обруча. И ре в ая ч а сть в с комплекству детей, свисток, 3-4 обруча. И ре в ая ч а сть в с комплекству детей, свисток, 3-4 обруча. И ре в ая ч а сть в с комплекству детей, свисток, 3-4 обруча. И ре в ая ч а сть в с комплекству детей, свисток, 3-4 обруча. И ре в ая ч а сть в с комплекству детей дерать на 3-4 группы, каждая группа становитсь комплекство комп
детям, что мяч необходимо встречать руками, заранее образуя при помощи пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно стояли и держали мяч. В тор дя часть. Подвижная игра «Сделай фигуру», Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз. Третья часть. Игра «Мяч в корянну». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараксь попасты в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавний 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Задачи Учить ловле мяча, упражиять в умении действовать с ним, способствовать развитию коорлинации движений: воспитывать дружеские взаимостношения между детьми. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. Пере ая часть. 1. Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Тренер показывает и объясняет, как правильно ловить мяч. Заданне выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2. Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В по рая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокрут обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мач следует бросать пярмо вверх и высокок. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много опибок. Комплекс 6 Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, играет, обруча, объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым проведения проведения местры. Повторить 2-3 раза. Обрации мяча, впорыч часть. Пособия Форманиемений востра
бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Следить, чтобы дети правильно стояли и держали мяч. В торая часть. Подвижная игра «Сделай фигуру». Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч отварищам. Повторить 5-6 раз. Третья часть. Игра «Мяч в корзину». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь поласть в нес. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавщий 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Задачи Пособия Пособия пора часть . Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объзснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть . Подвижная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно люят мяч или делают много опибок. Комплекс 6 Подвижная игра фосовныя мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, пособствовать навыки правильно лазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия Пособия пра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьму детей, свисток. Подвижнай игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьму детьму детей, свисток. Пособия пособствовать навыки бросания мяча, совершенствов
правильно стояли и держали мяч. В то ра я ча сть.
В то рая часть. Подвижная игра «Сделай фигуру». Учить детей быстро реагировать на сигнал, передавать мяч товарищам. Повторить 5-6 раз. Третья часть. Игра «Мяч в корзину». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Задачи Учить ловле мяча, упражнять в умении действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Пособия Пособия Пособия Изчи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. 1.Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Тренер показывает и объясняет, как правильно головить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомить, как правильно тольть, как держать мяч. В по рая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьмя, которые неукеренно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Оформировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Пособия Пособия Первая часть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. Пособия Первая часть. Пособия Ванимание на технику ловли мяча. Впорая часть. Пособия Первая часть. Пособия Перванный постокова после откока. Повторить 6-8 раз Перед каждым пра
передавать мяч говарищам. Повторить 5-6 раз. Третья часть. Игра «Мяч в корзину». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, старяясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее весх попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мещали друг друг, бросали только свой мяч. Комплекс 5 Учить ловле мяча, упражнять в умении действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. Ира вал часть. 1.Бросание мяча в степку и ловля его после отскока. Тренер показывает и объясняет, как правильно ловить мяч. Задание выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2.Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В тор ал часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Изросание мяча вверх и ловия его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети вяли мяч. Нервая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловия его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети вяли мяч. Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Содержание Изросание мяча вверх и ловия его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети вяли мяч.
Тре м ь я ч а с м ь. Игра «Мяч в корзину». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, старажсь попасть в нее. Выпгрывает ребенок, бысгрее весх попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. **** *** *** *** ** ** ** **
Игра «Мяч в корзину». Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех повыший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5
После сигнала воспитателя бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, старяясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. **Rominect 5** Задачи
стараясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза. Обратить внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Sagatu
Внимание на то, чтобы дети не толкались, не мешали друг другу, бросали только свой мяч. Комплекс 5
Мяч. Комплекс 5
Нервая часть Нарина Нервая нарина Нер
Задачи
Пособия
Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 3-4 обруча. Содержание методика проведения и Первая часть. 1.Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Тренер показывает и объясняет, как правильно ловить мяч. Задание выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2.Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В торая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Треть у часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Содержание иметодика проведения Изражная изражная вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. Игражная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить со
Первая часть. Подобия Первая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Тре нья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с стеми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ощибок. Комплекс 6 Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Содержание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 2. Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее.
П.Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Тренер показывает и объясняет, как правильно ловить мяч. Задание выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2.Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В тор а я часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Треть я часть. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Содержание мячи вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
проведения проведения правильно ловить мяч. Задание выполняют все дети одновременно (8-10 раз). 2.Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В то р а я ч а с ть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Тр е ть я ч а с ть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. В торая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
2.Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Тренер обращает внимание на то, что мяч необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В тор ая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Впорая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
необходимо ловить не прижимая к груди, а бросать партнеру-на уровне груди. Следует напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В тор а я часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокрут обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Треть я часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Пособия Мяча резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
напомнить, как правильно стоять, как держать мяч. В торая часть. Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально стеми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Содержание и Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Подвижная игра «Вызов по имени». Детей делят на 3-4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Содержание мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1.Бросание мяча надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
а затем бросать мяч. Мяч следует бросать прямо вверх и высоко. Третья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. 2. Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Тремья часть. Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Содержание методика проведения Проведения Прособия Содержание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Свободная игра детей с мячом (2-3 мин). Тренер играет индивидуально с теми детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. **Temu детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. **Temu детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. **Temu детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. **Temu детьми, которые неуверенно ловят мяч или делают много ошибок. **Temu детьми детьми детей, свисток. **Temu детьми дети визирамений и ловкости, учить дружно играть. **Temu детьми детьми дети визирамением. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Комплекс 6 Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Содержание методика проведения методика проведения Пособия Содержание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Задачи Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Содержание методика проведения методика проведения Содержание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2. Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Задачи Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть. Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Содержание методика проведения и Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Содержание методика проведения Пособия Поросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Пособия Содержание методика проведения Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Пособия Содержание методика проведения Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Содержание методика проведения Первая часть. 1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2. Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
проведения броском Тренер проверяет, правильно ли дети взяли мяч. н напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением. 2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
2.Игра « 10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращается внимание на технику ловли мяча. Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. Третья часть.
Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. <i>Третья часть</i> .
медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования. Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. <i>Третья часть</i> .
Можно разрешить детям передавать мяч произвольно, как им удобнее. <i>Третья часть</i> .
Третья часть.
Mrsa (Ever purposers) (2.4 sees) Door posesses ========== C====== C=============
Игра «Будь внимателен» (3-4 мин). Роль водящего выполняет ребенок. Следить, чтобы
дети правильно ловили мяч, встречали его вытянутыми руками. Комплекс 7
Задачи Учить детей передавать мяч двумя руками от груди, упражнять в ловле мяча, развивать
внимание и ориентировку в пространстве.
Пособия Мячи резиновые по количеству детей, свисток.
Содержание и Первая часть.
методика 1.Передача двумя руками от груди стоя парами. Объяснить и показать технику передачи
проведения мяча двумя руками от груди. Следить, чтобы дети приняли правильное исходное
положение, при передаче мяча опускали локти вниз, старались бросать мяч на уровне
груди партнера.

	2.Игра «У кого меньше мячей». Выполняет задание одновременно вся группа (2-3 раза). Дети располагаются свободно на площадке, каждый с мячом. Игра заканчивается сразу
	после свистка.
	Вторая часть.
	Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 мин). Дети делятся на 2-3 подгруппы. Передают
	мячи, стоя на расстоянии 1-1,5 м друг от друга, двумя руками от груди.
	<i>Третья часть</i> . Произвольная игра детей с мячом на площадке. Каждый ребенок имеет мяч. Тренер
	следит, чтобы дети не толкались, играли дружно, поощряет их бросать мячи в корзину,
	отбивать мяч 2—3 раза правой, левой рукой. Индивидуально учит некоторых детей
	передавать и ловить мяч. Комплекс 8
Задачи	Совершенствовать навыки передачи — ловли мяча, развивать умение точно бросать мяч
Задачи	в определенном направлении; воспитывать умение согласовывать свои движения с дви-
	жениями товарища.
Пособия	Мячи резиновые по количеству детей, свисток.
Содержание и	Первая часть.
методика	1. Передача мяча двумя руками от груди, стоя парами. Обращать внимание на то, чтобы
проведения	дети держали мяч на уровне груди, следили за его полетом, старались точно передать
	мяч партнеру.
	2.Игра «Мяч водящему». Детей делят на несколько групп, по 7-8 человек в
	команде. Водящим становится ребенок, хорошо владеющий мячом.
	Вторая часть.
	Подвижная игра «Поймай мяч». Следить, чтобы дети честно играли, правильно
	передавали мяч. Можно показать и другие способы передачи мяча: одной рукой от пле-
	ча, с отскоком от пола. Мяч можно бросать только в ноги водящему.
	Третья часть.
	Игра «Сделай фигуру». Дети играют произвольно с мячом, каждый в своем темпе.
	Тренер учит их быстро реагировать па сигнал.
20 2022	Комплекс 9
Задачи	Упражнять детей в передаче-ловле мяча, воспитывать внимание, способствовать
Пособия	развитию точности движения. Мячи резиновые по количеству детей, свисток. две корзины
Содержание и	Первая часть.
методика	1. Дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу
проведения	сначала в правую, а затем в левую сторону (1-2 мин).
	2.Повторяется первое упражнение. При этом после передачи мяча каждый игрок
	перебегает на место того, которому передал мяч. Играть 1-1,5 мин.
	Вторая часть.
	Подвижная игра «Поймай мяч». Обратить внимание на то, что мяч надо передавать
	таким способом, который более соответствует игровой ситуации. Иногда целесообразно
	бросать мяч высоко, чтобы не достал ведущий, а когда ведущий очень близко, то
	передать мяч с отскоком от пола или даже покатить его по полу. Следует поощрять детей
	играть творчески. Игра продолжается 8 мин.
	Третья часть.
	Дети становятся в 2 колонны напротив каждой баскетбольной корзины
	на расстоянии 1.5-2 м. первые с мячом. После сигнала тренера первые в колоннах бро-
	сают мячи в корзину, ловят, передают следующим в команде, а сами становятся в конец колонны. Следить, чтобы дети принимали правильное исходное положение, провожали
	мяч взглядом. Повторить 3-4 раза.
	Комплекс 10
Задачи	Совершенствовать навыки передачи ловли мяча; воспитывать организованность,
	ответственность за свои действия перед командой.
Пособия	Мячи резиновые по количеству детей, свисток.
Содержание и	Первая часть.
методика	Свободная игра детей с мячом на площадке. Тренер активно играет вместе с
проведения	детьми: показывает действия, поправляет ошибки, играет в паре с одним из
	ребят, поощряя сознательно производить действия с мячом. Игра продолжается 3-4 мин.
	Вторая часть.
	Подвижная игра «За мячом». Дети должны передвигаться вслед за мячом, по
	тому направлению, куда бросали мяч. При повторном проведении игры обращается
	внимание детей на точную передачу мяча товарищу по игре. Потом команды 2-3 раза
	22

Пособия Мачи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачаниые (чтобы легко отскактвали), свысток. Одержание и Лерева часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует топкать рукой вишую врасстванть, вести мяч выеред и сбоку. 2. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует топкать рукой вишую врасстванть, вести мяч выеред и сбоку. 2. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (2 мин). Высокок а мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высокок, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высокок, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высокок, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высокок, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высокок, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то приложенной силы. 3. Ведение мяча мячом на плопаддке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не топкалысь, дружно итрали, поопарять их к выполнению разпообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение песетния мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитацию ловкости, ориентировки в пространстве. 1. Ведение мяча в месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одноверенной, после свистка меняют рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одноверенно, после свистка меняют рукой (1 мин). В правой и на мете правой и левой рукой (1 мин). В правой и мяча, девой рукой (1 мин). В правой и мяча, девой рукой (2 мин). 3. Ведение мяча вы месте правой, затем левой рукой (1 мин). В правой и мяча, девой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружоко». Обруча в которых стоят дети, спедует выдомнить детам, что бросать надо одной рукой сти, дала в расственном	методика проведения Задачи Пособия	Пера «Мяч водящему». Дети делятся на несколько групп. Водящими выбираются те, кто хорошо владеет мячом. Побеждает та команда, которая ни разу не уронила мяч. Повторить 2-3 раза. Комплекс 11 Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Игра «Мяч водящему». Дети деятся на несколько групп. Водящими выбираются те, кто хороню падрест мячов. Побеждает та команда, которая и празу не уронила мяч. Покторить 2-3 раза. Комплекс 11	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	Игра «Мяч водящему». Дети делятся на несколько групп. Водящими выбираются те, кто хорошо владеет мячом. Побеждает та команда, которая ни разу не уронила мяч. Повторить 2-3 раза. Комплекс 11 Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
корошо владеет мичом. Побеждает та команда, которая ни разу не уронила мяч. Повторить 2-3 раза. Комплекс 11	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	хорошо владеет мячом. Побеждает та команда, которая ни разу не уронила мяч. Повторить 2-3 раза. Комплекс 11 Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Комплекс 11 Задачи Зарачнения развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мачи резинизменновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко тоскакивали), свисток. Первая часть. 1. Нервая часть. 1. Ведение мяча ва месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить делям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть. 1. Вадение мяча ва месте правой, левом рукой, кения высоту отскока мяча от працплечые. 1. Пальны широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, мения высоту отскока мяча от працпложенной силы. 3. Ведение мяча па мурт себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. 1. Подвижная пира «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по штре (1S мин). Третвая часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполненно развообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить, передаче мяча одной рукой от плеча, способстволать воситатили однокости, ориентировки в простравстви. Комплекс 12 Закрепить, умение ведения мяча на месте, учить, передаче мяча одной рукой от плеча, способстволать, воситатили однокости, ориентировки в простравстви. Игравая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одномоременно, после свястка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча толеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить, соорвождать мяч то правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча по расставление броски. Игра разложить на расстоянии 2,5-3 м. Учить, соорвождать мяча по раздению правой и левой рукой (1 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стот бросать надо одной рукой от плеча точно товарить, такомоте раздение в правой и детой от плеча т	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	Комплекс 11 Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Комплекс 11	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	Комплекс 11 Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Ведения Ведения развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи региновые или применяемые в мини-баскетболе, хороню накачанные (чтобы летко отекакивали), свисток. Одержание и летодика проведения Перева часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой виш (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Павлывы ширкою расставить, вести мяч внеред и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Нодвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремливье точно бросать его партнеру по игре (18 мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площалке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толколись, дружно играли, поощрять их к выполнению разпообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мачи решиновые и обручи по количеству детей, свисток. Перева часть. 1.Ведение мяча на месте правой, девой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети однопоременно, после спистка меняют рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. учить сопровождать мяч то правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. учить сопровождать мяча пара стоянии 2,5-3 м. учить детей прищеливаться при броске мяча в нель, воснитывать уверенность в своих силах. 1.Сосбия Мачи пемпатать, учеренность в своих силах. 1.Меня на невой рукой, довить детей прищеливаться при броске мяча в цель, воснитывать учетень от правой и	Пособия Содержание и методика проведения Задачи Пособия Содержание и методика	развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Мачи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы летко отскакивали), свисток. Первая часть. П	Задачи Пособия Содержание и методика проведения	Мячи резиновые или применяемые в мини-баскетболе, хорошо накачанные (чтобы легко отскакивали), свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
отскванящий, свисток. Первая часть. Первая часть. Первая часть. Первая часть. Пальны широко расствянть, вести мат в шеред и боку. Ведение мача на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой ини). Аты детям почувствовать зависимость высото, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высото отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высото отскока мяча от приложенной силы. З. Ведение мяча вокрут себя правой, левой рукой (2 мин). Вторам часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремыпись точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 1 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, орнентировки в пространстве. Мячи резиповые и обручи по колячеству детей, евисток. Первая часть. Первая часть. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Вторая часть. З. Ведение мяча вокрут себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. Лет в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружою». Обручь, в когорых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м. ручить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). Впорая часть. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воститывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воститывать уверенность в своих силах. Ведение мяча на местей, польть мяч кистью и пальща	Задачи Пособия Содержание и методика проведения	отскакивали), свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Передачиств. 1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой винз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч внеред и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то пямкоско, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча в место правой, девой рукой (2 мин). Вторая часть. 1. Подвижкая игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партперу по игре (18 мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от лаеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. 1. Первая часть. 1. Первая часть. 1. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновремення опсле свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер спедит, чтобы при ведении правой рукой дети клапи кисть сверху справа от мяча, левой-сверху спева. 3. Ведение мяча в месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Втором часть. 1. Деты в парах передают мяч одной рукой (2 мин). 2. Подимкая итра «Займи спободный крухоко». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча порам исторых детей, светствий крухоко». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстояния 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолженается 8 мин. 1. Деты в парах передают мяч ва месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воститывать уверенность в своих силах. 1. Играм часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и л	задачи Пособия Содержание и методика	Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть пальны широко расставить, вести мяч вперед не сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоту отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокрут себя правой, левой рукой (2 мин). Впорая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремивись точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин). Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощадке (3 мин). В закренить умение ведения мяча ма месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитавной ловкости, ориентировки в пространетве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. 1 Перава часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте правой, затем левой рукой (1 мин). Впорав часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Зайки свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой и зовля двумя руками. Поабрасывать поочередно его своих силах. 1. Угарь мячом об пол одной и ловля левой рукой, удар левой, повля — правой. Не обя	задачи Пособия Содержание и методика	1. Ведение мяча на месте правой, левом рукой (2 мин). Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
роведения Пальны пироко расстванть, вести мув внеред и сбоку, 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям потувствовать зависимость высоты отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям потувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложению силы. 3. Ведение мяча в мокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Впорая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партверу по игре (1S мин). Третво часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети и правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партверу по игре (1S мин). Третво часть. Комплекс 12 Закрепить уменне ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способотвовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Переват часть. Нереват часть. 1. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновремення после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Впорая часть. 3. Ведение мяча высете попеременно правой и левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Зайый и свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. 1. Третья часть. 1. Превая часть. 1. Игра варх, в винмателен». Роль ведущего выполняет Трепер или ребенок, хорошо владеющий мячом. 1. Ударь мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательном пребовоть по отелей почных бышкений. Потгорить 7-8 раз. 2. Ударь мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательном пребовоть мостоемы, Дети становить бужой. Смотреть 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой,	Задачи Пособия Содержание и методика	толкать рукой вниз (не бить по нему), включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Пальшы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку. 2.Ведение мяча на место правой, левой рукой (с мин). Высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторам часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (15 мин). Третва часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети петолкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закренить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, орнентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети однопременно, после свистка меняют руку. 2.Ведение мяча на месте правой, затем лекой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, затем лекой рукой (1 мин). Вторам часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сотровокуать мяч то правой, то лекой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м. друг от друга. Напомиить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поопрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воснитивать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальщами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля лекой рукой, дра ревой, ловат — правой. Не обязательно пребовать от мочае обяскечени. Повторить 6-8 раз. 3.	Задачи Пособия Содержание и методика	2. Ведение мяча на место правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижаная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (15 мин). Третья часть. Своболивя игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поопірять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитацию ловкости, оргентировки в пространстве. Пособия Лереая часть. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Комплекс 13 Задачи Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, восинтывать уверенность в своих сляах. Комплекс 13 Задачи Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, восинтывать уверенность в своих сляах. 1. Ударь мячом об пол дной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередне обязательно требовать от детей прицеливаться к мячу. Смотреть следует на месте. Напомнить, следобой, довит правой и ловой рукой, удар левай, довий, довит правой и ловой рукой и посторую, двум, уда прачей мяча двумя руками произерений мяча двумя руками п	Пособия Содержание и методика	высоко, 1 мин). Дать детям почувствовать зависимость высоты отскока мяча от приложенной силы. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторам часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно броеать его партнеру по игре (15 мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закренить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкостти, орнентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте попревоенно правой и левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружою». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м. друг от друга. Напомнить детям, что броеать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь винмателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Закрачи Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, всепитывать уверенность в своих слах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, всепитывать уверенность в своих слах. 1. Удары мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно предовать от левой рукой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно предобать от левой рукой с последующей передачей мяча паумя руками произверены ведут мяч на месте. Напомнить, что на на натичель сысжений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча паумя руками произверений мяча п	Пособия Содержание и методика	приложенной силы. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
3. Ведение мача вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремылись точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, орнентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча ва месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подрыжная игра «Зайви свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. 1. Третья часть. Игра «Зудь винмателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. 1. Лары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, длаеной, ловля — правой. И регой, доля на месте, изака на месте, изака на месте, изака на месте новой рукой и последут мяч на месте. Наполнить, что надо грабор примы, споследноей переда еймна на	Пособия Содержание и методика	3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой (2 мин). Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Впорая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремыщись точно бросать его партперу по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Осдержание и первам часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Впорая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить опровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. 1. Удары мячом об пол правой и повля левой рукой (потраем) повля левой рукой (потраем) по правой и перами и поочередно ведут мяч на месте. Наполнить, что правой и перами и поочередно ведут мяч на мес	Пособия Содержание и методика	Вторая часть. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (18 мин). Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 адачи Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Исрежание и проведения 1 передя часть. 1 передя часть. 1 передачиемь и месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2 педение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3 педение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1 дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2 Подражная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продотжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в соютх силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в соютх силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, от правой и повля левой рукой и повля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, дловить мяч вистью и пальцами. Повторить 6-8 раз. 2.Улар мячом об пол правой и ловля левой рукой и повля двумя руками и поочередно ведут мяч на месте. Наполнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, котором переда	Пособия Содержание и методика	Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). Третвя частв. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воепитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая частв. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокрут себя правой, затем левой рукой (1 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь винмателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владсющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих свлах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторам часть.	Пособия Содержание и методика	стремились точно бросать его партнеру по игре (1S мин). <i>Третья часть</i> . Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м. друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третвя часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. 1. Дервая часть. 1. Дервая часть. 1. Дервая часть. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на ме	Пособия Содержание и методика	Третья часть. Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поопирты их к выполнению разнообразных действии. Комплекс 12 адачи Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одлюременно, после свистка меняют руку. 2.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м. друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третва часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол одной рукой и повля двумя руками. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой и ловля двумя руками. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторам часть.	Пособия Содержание и методика	Свободная игра с мячом на площадке (3 мин) Смотреть, чтобы дети не толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
комплекс 12 Закрепить умение ведения муча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игря «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друт от друта. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закрепиять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Первая часть. 1. Удары мячом об пол правой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и палыцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно велут мяч на месте. Напомнить, что на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Пособия Содержание и методика	толкались, дружно играли, поощрять их к выполнению разнообразных действии.
Комплекс 12 Вадачи Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Передач часть. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Вакреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих сплах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Переая часть. 1. Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных деижений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных деижений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой и последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надослений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой и последующей передачей мя	Пособия Содержание и методика	
Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Деги в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружою». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Наполнить, что на следует на нагриера, которому передают мяч. Вторя часть.	Пособия Содержание и методика	Комплекс 12
Плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве. Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружос». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих сляах. 10собия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точьку движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, опоследующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно вартнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Пособия Содержание и методика	
Пособия Мячи резиновые и обручи по количеству детей, свисток. Первая часть. 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третвя часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, опоследующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Содержание и методика	
Первая часть. 1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3.Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружоко». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Содержание и методика	
1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой (1 мин). Упражнение выполняют все дети одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передаей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	методика	
одновременно, после свистка меняют руку. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Ударь мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 7-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		<u> </u>
2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин). Тренер следит, чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движсений. Повторить 7-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	проведения	
чтобы при ведении правой рукой дети клали кисть сверху справа от мяча, левой-сверху слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часты. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
слева. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
3.Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой (1 мин). Вторая часть. 1.Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Одержание и Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передаей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
Вторая часть. 1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 м. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2. Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третвя часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 мин). 2.Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третвя часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
2.Подвижная игра «Займи свободный кружок». Обручи, в которых стоят дети, следует разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.У дары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.У дар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
разложить на расстоянии 2,5-3 м друг от друга. Напомнить детям, что бросать надо одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
одной рукой от плеча точно товарищу. Поощрять наиболее дальние броски. Игра продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
продолжается 8 мин. Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
Третья часть. Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
Игра «Будь внимателен». Роль ведущего выполняет Тренер или ребенок, хорошо владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
Владеющий мячом. Комплекс 13 Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		1 1
Вадачи Вадачи Вадачи Вакреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
воспитывать уверенность в своих силах. Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Задачи	
Пособия Мячи по количеству детей, свисток, 5 обручей. Подержание и Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	, ,	
Первая часть. 1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Пособия	
1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	Содержание и	
правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. Повторить 7-8 раз. 2. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	методика	
 Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть. 	проведения	
обязательно требовать от детей точных движений. Повторить 6-8 раз. 3.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.	•	2.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля — правой. Не
3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		
руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. <i>Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу</i> . Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. <i>Вторая часть</i> .		
месте. <i>Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу</i> . Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. <i>Вторая часть</i> .		
на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на
		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на
		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует
Подвижная игра «У кого меньше мячей». Поощрять детей бросать мяч разными		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.
способами.		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть.
Третья часть.		руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч. Вторая часть. Подвижная игра «У кого меньше мячей». Поощрять детей бросать мяч разными способами.

Дети становятся за линию в 5 колонн, в 2-3 м от которой находятся 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них. Бросать можно любым способом, как кому удобнее.

Примерные планы комплексов для учащихся 6-7 лет

	Комплекс 1
Задачи	Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.
Пособия	Мячи по количеству детей, свисток, 4 кегли.
Содержание и	Первая часть.
методика	Игра «Играй, играй, мяч не теряй» (4 мни). Напомнить детям, как правильно держать
проведения	мяч, как стоять. Они должны принять правильную стойку баскетболиста. Игра
	повторяется только после свистка. Ошибки следует поправлять индивидуально.
	Вторая часть.
	Подвижная игра «Поймай мяч» (8-10 мин). Мячи можно перебрасывать любым
	способом. Надо показать детям отвлекающие действия при передаче (показывается
	прием ложной передачи).
	Третья часть.
	Игра «Сбей кеглю» (3 мин). Сбить кеглю можно любым способом. Поощрять детей,
	чтобы они искали рациональные способы бросания мяча.
	Комплекс 2
Задачи	Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли-передачи
	мяча. Упражняться в умении быстро реагировать на сигналы.
Пособия	Резиновые мячи и обручи по количеству детей, свисток, 2-3 флажка разного цвета.
Содержание и	
методика	1.Ведение мяча на месте, не глядя на него. Дети выполняют задание, построившись
проведения	полукругом. Тренер показывает флажки разного цвета, дети должны, но останавливаясь,
	посмотреть и сказать, какого цвета флажок он показывает. Повторить 3—4 раза ведение
	мяча правой и 3—4 раза левой рукой.
	2.Ведение мяча правой и левой рукой, продвигаясь произвольно по
	площадке (3 мин). Детям разрешается смотреть на мяч. Напомнить, что вести мяч надо впереди-сбоку, толкая вниз, не слишком наклоняясь вперед.
	впереди-сооку, толкая вниз, не слишком наклоняясь вперед. Вторая часть.
	Подвижная игра «Займи свободный кружок» (8 мин). Учить детей играть в
	бодром темпе, передавать мяч разными способами: двумя руками от груди -
	близкое расстояние, одной рукой от плеча — бросая дальше.
	Третья часть.
	Дети становятся полукругом, Тренер бросает им мяч (не по очереди). Перед броском он
	говорит: «съедобный» или «несъедобный», а дети должны назвать овощи, фрукты и т. д.
	или предметы, которые есть нельзя (3 мин).
Комплекс 3	
Задачи	Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость
	и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Пособия	Мячи по количеству детей, зеленый и красный флажки, свисток.
Содержание и	1
методика	1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту его отскока (1
проведения	мин).
	2.Ведение мяча правой, левой рукой, свободно передвигаясь по площадке (1,5-2 мин).
	Тренер следит, чтобы дети не слишком наклонялись к мячу, не били расслабленной ла-
	донью по нему.
	Вторая часть.
	1.Подвижная игра «Мотоциклисты». Роль ведущего выполняет ребенок. Движение по
	улице проходит в одном направлении. После 2—3 мин игры дети ведут мяч другой
	рукой. Игра проводится 5-6 мин.
	2.Игра «Поймай мяч» (6 мин). Следить, чтобы дети принимали правильную стойку,
	применяли разные способы действия с мячом. Третья часть.
	Повторяется малоподвижная игра «Будь внимателен» (3 мин).
	Комплекс 4
Задачи	Закреплять у детей умение вести мяч по прямой, упражнять в ловле — передаче мяча.
3344 111	Способствовать развитию координации движений, ловкости.
<u> </u>	L

Пособия		Мячи по количеству детей, красный и зеленый флажки, свисток.
Содержание	И	Первая часть.
методика	rı	Игра «Играй, играй, мяч не теряй» (5 мин).
проведения		Во время игры дети выполняют разнообразные движения с мячом. После свистка
проведения		тренера все должны принять правильную стойку баскетболиста. Однако не следует долго
		задерживать детей в таком положении. Тренер поправляет ошибки.
		Вторая часть.
		1.Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом. После 15-20с тренер дает
		свисток, дети меняют руку (2 мин).
		2.Ведение мяча попеременно правой и левой рукой. Дети ведут мячи на 2-3 шага правой
		рукой, на 2-3 шага левой и т. д. Смотреть, чтобы они не слишком наклонялись вперед.
		Если у ребенка не получается ведение мяча на полусогнутых ногах, предложить вести
		мяч с высоким отскоком.
		3.Подвижная игра «Мотоциклисты» (7-8 мин). Напомнить детям, когда вести мяч
		правой, когда левой рукой. Учить видеть площадку. Роль регулировщика дети
		выполняют попеременно.
		Третья часть.
		Игра «Мяч водящему». Соревнование следует проводить на точность действий с мячом.
		Повторить 3 раза.
		Комплекс 5
Задачи		Формировать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге.
		Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.
Пособия		Мячи по количеству детей, свисток, 1 корзина.
Содержание	И	Первая часть.
методика		1.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин).
проведения		2.Ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой (1 мин). Идти свободным
1 ''		шагом, мяч вести спереди-сбоку, чтобы он не мешал продвигаться вперед. Затем задание
		можно выполнять бегом.
		3.Ведение мяча правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке (1
		мин).
		Вторая часть.
		Подвижная игра «Займи свободный кружок» (8-10 мин). Напомнить детям, какими
		способами можно передавать мяч. Можно показать отвлекающие действия с мячом,
		поощрять детей в их применении.
		Третья часть.
		Броски мяча в корзину с места. Организуются три команды. Дети становятся в колонну
		против корзины на расстоянии 1,5-2 м. Они по очереди бросают мяч в корзину,
		ловят, передают его следующему, а сами становятся в конец колонны. Показать детям
		технику броска мяча двумя руками от груди. Требовать: не опускать
		голову при броске, смотреть на передний край кольца.
		Комплекс 6
Задачи		Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения.
		Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.
Пособия		Мячи по количеству детей, свисток, 12 кеглей, красный и зеленый флажки.
Содержание	И	Первая часть.
методика		1.Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке (1 тин).
проведения		2.Ведение мяча с изменением направления передвижения. Дети строятся в
		колонну по 4-6 человек, каждый с мячом. Напротив каждой колонны выставляются кегли
		(4-5) на расстоянии 1,5-2 м друг от друга. Дети друг за другом ведут мячи, обводя
		первую кеглю справа, вторую слева п т. д. Обратно ведут мячи по прямой. Повторить 4-5
		pas.
		3. Эстафета ведения мяча. Задание то же, но проводится в форме соревнования «Чья
		команда быстрее выполнит задание». Повторить 3-4 раза.
		Вторая часть.
		Подвижная игра «Мотоциклисты» (8 мин). Роль ведущего выполняет ребенок. На
		свободном месте площадки выставляются кегли, мотоциклисты должны проехать, не задевая их. После 2-3 мин игры дети меняют руки.
		<i>Третья часть</i> . Дети строятся в круг. В середине круга мяч. Один ребенок, которого назначает тренер,
		закрывает глаза, делает поворот кругом. Он должен не глядя пройти до мяча
		и попасть ногой (одним движением) в мяч
		Комплекс 7

Задачи		Упражнять детей в ведении, передаче и ловле мяча. Способствовать развитию
Задачи		координации движений, ориентировки в пространстве на площадке.
Пособия		Мячи и обручи по количеству детей, свисток, 2-3 флажка разного цвета, 20 кеглей.
Содержание	И	Первая часть.
методика		1. Ведение мяча с изменением направления передвижения. На площадке выставляются
проведения		кегли. Дети свободно передвигаются по площадке, обводя кегли то правой, то
		левой рукой.
		2.Игра «Скажи, какой цвет». Все дети имеют мячи и свободно ведут их по площадке.
		Водящий тоже передвигается с 2—3 флажками разных цветов. Ребенок, около которого
		останавливается водящий и показывает флажок какого-то цвета, должен, не
		ловя мяча, а ведя его на месте, сказать, какого цвета флажок показывает водящий. Водящий часто меняется.
		Вторая часть.
		Подвижная игра «Займи свободный кружок» (9—10 мин). Игра проводится с
		двумя мячами.
		Третья часть.
		Катание мяча в цель. Дети делятся на четыре команды, против каждой из них на
		расстоянии 3-4 м выставляются 5 кеглей. Дети по очереди катают мяч, стараясь сбить им
		кегли. Выигрывает команда, быстрее всех сбившая все кегли.
		Комплекс 8
Задачи		Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать
		воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера.
Пособия		Мячи по количеству детей, свисток, сетка.
Содержание	И	Первая часть.
методика		1. Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча. Выполняют задание одновременно 5-
проведения		8 детей, по 3-4 раза, соревнуясь, кто дальше бросит мяч. Бросать только по указанию воспитателя.
		2.Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами. Можно указать
		ориентир (линию, веревку), от которого дети начинают передавать мячи и
		заканчивают. Обратно бегут свободно. Выполнять упражнение 4-5 раз.
		Вторая часть.
		Подвижная игра «Ведение мяча парами» (9-10 мин). Вначале роль водящего выполняет
		ребенок, лучше других владеющий мячом.
		Третья часть.
		Передача и ловля мяча. Дети строятся полукругом. Тренер, называя имя ребенка, быстро
		бросает ему мяч (2-3 раза, не по очереди). Ребенок ловит мяч и бросает
		тренеру. Комплекс 9
Задачи		Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации
Suga m		движений. Приучать помогать друг другу, воспитывать дружелюбие.
Пособия		Мячи по количеству детей, свисток.
Содержание	И	Первая часть.
методика		1. Удары мячом об пол с перенесением поднятой ноги через отскочивший от
проведения		площадки мяч Упражнение выполнять одной и другой ногой. Мяч следует легко бросить
		об пол, чтобы он отскочил невысоко. Повторить 8-10 раз.
		2.Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловля его после того, как
		он ударится о землю (6-8 раз).
		Вторая часть.
		1.Ведение и передача мяча друг другу. Дети становятся парами на расстоянии 2-3м друг от друга. Один ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, передает мяч
		партнеру, тот выполняет то же самое и т. д. Задание все дети выполняют одновременно.
		2.Подвижная игра «Мяч ловцу» (9-10 мин). Следует показать детям стойку защитника.
		Поощрять игроков на поле применять разные действия с мячом: ведение, передачу мяча,
		ложные действия. В игре участвует и тренер.
		Третья часть.
		Свободная игра с мячом на площадке (2-3мин). Тренер индивидуально работает с теми
		детьми, которые не усвоили учебный материал.
		Комплекс 10
Задачи		Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей
		применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и
Пособия		решительность.
Пособия		5—6 мячей, свисток.

Сополичения	Попода удому
Содержание и методика	Первая часть. Игра «За мячом» (4-5 мин). Передавать мяч в бодром темпе, сопровождать его взглядом
проведения	и руками. Бросать мяч точно партнеру.
•	Вторая часть.
	Подвижная игра «Мяч ловцу» (9—10 мин). Тренер напоминает действия защитника и
	игроков на поле, показывает в игре действия игроков, подбадривает детей. Роли игроков
	постоянно меняются.
	Третья часть.
	Эстафета бросков мяча в корзину. Дети делятся на несколько команд, по числу корзин на площадке. По сигналу тренера первые ведут мячи к корзине, останавливаются и бросают
	мячи двумя руками от груди, ловят и передают следующему игроку по команде.
	Выигрывает команда, сделавшая больше попаданий.
	Комплекс 11
Задачи	Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных
	действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить играть
	дружно. Быстро реагировать на зрительные сигналы.
Пособия	Мячи, свисток, трое ворот.
Содержание и	Первая часть.
методика	Игра «Успей поймать» (4-5 мин). Дети передают мяч удобным способом, применяют
проведения	ложные действия. Могут вести мяч на месте или продвигаясь по
	маленькому кругу, пока появится благоприятная игровая ситуация для передачи мяча. Тренер следит, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил
	игры, регулирует расстояние между детьми, учитывая их умение передавать-ловить мяч.
	Вторая часть.
	Игра «Ловишки с мячом» (9-10 мин). Тренер напоминает, что перед началом игры ловец
	должен поднять мяч вверх, чтобы все знали, кто водящий. Дети должны видеть сигнал
	тренера, быстро остановиться, если он поднимает руку, согнутую в локте, вверх. После
	1-2 мин игры дети переводят мяч на другую руку.
	Третья часть.
	Прокатывание мяча через ворота. Дети делятся на 2-3 команды. Против каждой команды
	на расстоянии 2-3 м выставляются ворота. Дети по очереди катают мячи в ворога,
	стараясь попасть в них. Выигрывает команда, точно выполнившая задание. Комплекс 12
Задачи	Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину. Развивать
	глазомер, ловкость и координацию движений.
Пособия	Мячи по количеству детей, свисток, 5 кеглей.
Содержание и	Первая часть.
методика	1. Бросание мяча обеими руками из-за головы вдаль и ловля его. Повторить 3-4 раза.
проведения	2.Перебрасывание мяча в разных направлениях. Дети образуют несколько кругов. Они
	перебрасывают мяч друг другу разными способами, а ловишка в круге
	старается поймать мяч. Если ему это удается, бросивший мяч ребенок становится ловишкой. а тот идет в круг. Игра проводится 3-4 мин.
	Вторая часть.
	Ведение мяча правой и левой рукой и броски мяча в корзину. Дети стоят по 5-6 игроков
	в колонне напротив корзин, на расстояния 10-15 м от них. Первые в ко-
	лоннах ведут мячи ближе к корзинам, останавливаются и бросают в них мячи двумя
	руками от груди, ловят мячи, ведут обратно и передают следующим игрокам. Надо
	следить, чтобы дети приняли правильное исходное положение для броска, сопро-
	вождали мяч руками, не опускали голову.
	Третья часть.
	Игра «Сбей кеглю» (3 мин). Играющие небольшими подгруппами становятся в шеренгу
	за линию, в 3-5м от которой находятся кегли по количеству детей. Каждый играющий
	имеет право катать два мяча. Тот, кто не попал в кеглю первым мячом, прокатывает второй. Затем все играющие бегут за мячами, поднимают сбитые кегли, возвращаются и
	передают мячи следующим детям.
	Комплекс 13
Задачи	Совершенствовать навыки бросания при ловли мяча. Учить защитным действиям,
	развивать внимание и ориентировку в пространстве.
Пособия	Мячи по количеству детей, свисток, две корзины.
Содержание и	Первая часть.
методика проведения	1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой (правой или левой). При броске смотреть на мяч, не бросать очень высоко. Повторить 4-6 раз. Удары мячом о землю и

	ловля его одной рукой. Повторить 8-10 раз.
	2. Бросание мяча вдаль одной рукой от плеча и ловля его. Дети делятся на две подгруппы,
	одни бросают мяч. другие ловят его: потом меняются ролями.
	Вторая часть.
	1. Эстафета с ведением мяча. Дети делятся на команды по 5-6 игроков и
	становятся по диагонали. Вокруг команды чертится круг. Тренер указывает направленно
	передвижения, игроки рассчитываются по очереди. Тренер называет номера (не по
	очереди), дети соревнуются, кто быстрее выполнит задание.
	2.Ведение мяча и защитные действия. Дети распределяются попарно, один с
	мячом, нападающий, а другой без мяча, защитник. Нападающий ведет мяч к
	корзине, стараясь бросить мяч в нее, а защитник противодействует этому. Тренер должен
	объяснить стойку и передвижение защитника и показать в паре с ребенком.
	Третья часть.
	Дети стоят в кругу, один-в центре круга. Он бросает мяч всем по очереди в
	быстром темпе, приговаривая: «Лови, бросай, упасть не давай!», сопровождай каждое
	слово броском мяча. Потом водящий меняется.
	Комплекс 14
Задачи	Учить детой умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по
	всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.
Пособия	Мячи по количеству детей, свисток, 1 кегля.
Содержание и	Первая часть.
методика	1. Дети строятся в две шеренги лицом друг к другу па расстоянии 2м. Игроки одной
проведения	шеренги имеют мячи. Обе шеренги двигаются до кегли приставным шагом в сторону,
1	передавая мяч стоящему напротив партнеру. Когда пара детей доходит до ориентира, она
	становится в конец шеренги. Задание выполняется в правую и в левую сторону
	(4 мин).
	2.Задание то же, что и в первом упражнении, но добавляется ведение мяча. Сперва
	ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, затем перебрасывает его стоящему напротив
	партнеру. Тот повторяет то же самое. Можно указать ориентир,
	которого дети начинают упражнение и заканчивают. Выполнять упражнение
	3-4 pasa.
	Вторая часть.
	Игра «Мяч капитану» (10 мин). В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре.
	Но разрешается делать более 3 шагов с мячом в руках. Учить детей размещаться на всей
	площадке, не толкаться, выйти на свободное место для получения мяча.
	Третья часть.
	Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу» (3 мин). Игроки образуют широкий круг.
	Двое детей, стоящих напротив друг друга в кругу, имеют мячи разного цвета. После
	сигнала тренера они передают мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее,
	чтобы один мяч догнал второй. Игра повторяется 2—3 раза.
	Комплекс 15
Задачи	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в
оиди т	разных игровых ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигатель-
	ную реакцию и ориентировку в пространстве.
Пособия	Мячи по количеству детей, свисток.
G	Первая часть.
-	Первая часть. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой (1 мин).
методика	
проведения	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
	МИН).
	Протки мяча в корзину т места двумя руками от груди (2 мин). Бросать мяч следует каждый раз с другого места.
	Вторая часть.
	Учебная игра н баскетбол (15 мни). Дети распределяются в команды по 5
	человек. Команды играют по очереди (3 мин). Тренер объясняет основные правила игры
	всем детям. Игра продолжается примерно 12 мин.
	Третья часть.
	Повторяется малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу» (3 мин).
2	Комплекс 16
Задачи	Приучать детей творчески применять действия с мячом, выбирать более
	соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры
П	в баскетбол.
Пособия	Мячи большие диаметром 18-20 см и маленькие диаметром 8 см.

		п
Содержание	И	Первая часть.
методика		Эстафета с ведением мяча. Дети делятся на 3-4 команды и за линией старта
проведения		выстраиваются в колонну. У первых игроков каждой команды в руках по мячу. Против
		каждой команды выставляются кегли. Дети обводят мячом кегли - одну правой, а другую
		левой рукой и т. д. Ребенок всегда должен вести мяч дальней от препятствия
		рукой. Когда игрок возвращается, он передает мяч ударом о землю товарищу по
		команде. Тот ловит мяч и выполняет то же самое.
		Вторая часть.
		Игра в баскетбол (12 мин). Дети делятся на несколько команд по 5 игроков. Две команды
		играют 3 мин, остальные наблюдают игру. Потом играют другие команды. В игре может
		участвовать и тренер. Он советует игрокам обеих команд, как поступить в той или иной
		ситуации. Броски мяча в корзину выполняют только дети.
		Третья часть.
		Игра «Попади в мяч» (4 мин). Игроки образуют широкий круг. В середине на
		табуретке лежит большой волейбольный мяч, у каждого из игроков по
		маленькому мячу. По указанию тренера ребенок выполняет бросок, стараясь сбить
		волейбольный мяч. Игрок, попавший в мяч, имеет право на повторный бросок.
		Комплекс 17
Задачи		Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и
		ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.
Пособия		Мячи по количеству детей, свисток, флажок.
Содержание	И	Первая часть.
методика		Дети делятся по парам, один ребенок в паре имеет мяч. По сигналу ведут мячи вперед,
проведения		все время глядя на воспитателя. После зрительного сигнала останавливаются и передают
1 "		мячи партнерам, которые продолжают задание. Тренер подает разные зрительные
		сигналы, например: вести мяч другой рукой, остановиться, быстрее передвигаться и т. д.
		(3 мин).
		Вторая часть.
		Игра в баскетбол (15 мин). Дети делятся на несколько команд по 5 игроков, один из них
		капитан. Тренер знакомит детей с ролью капитана, напоминает, что нельзя
		бежать с мячом в руках, толкаться. Мяч следует передавать тому, кто
		находится в более удобном положении. Необходимо приучать детей вести
		коллективную игру, подчинять желание самому бросить мяч в корзину интересам
		команды.
		Третья часть.
		Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу» (3 мин). Комплекс 18
Задачи		Формировать навыки самостоятельно н коллективно играть с мячом, видеть площадку,
		помогать друг другу в достижении общей цели игры.
Пособия		Мячи, свисток.
Содержание	И	Первая часть.
методика	rı	1. Перебрасывание мяча друг другу на расстояния до 3-4 м (1 мин).
проведения		2.Игра «Поймай мяч» (3 мин).
проведения		Вторая часть.
		•
		Игра в баскетбол (12 мин). Дети делятся на несколько команд по 5 игроков. Необходимо
		стремиться, чтобы игра понравилась, строго следить
		самочувствием детей, не давать играть дольше 5 мин без отдыха. Можно заменять детей
		но време игры Униты правинам игры и трасовот приноримирот од из и полист томите.
		во время игры. Учить правилам игры и требовать придерживаться их. Следует поручать
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру.
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру. <i>Третья часть</i> .
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру. <i>Третья часть</i> . Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру. <i>Третья часть</i> . Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий за кругом. Игроки передают мяч то
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру. <i>Третья часть</i> . Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задача водящего дотронуться до
		им выполнение роли судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру. <i>Третья часть</i> . Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий за кругом. Игроки передают мяч то

Темы для бесед

Физическая культура и спорт в России
Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение ее для укрепления здоровья, физического

развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родины. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по баскетболу.

Состояние и развитие баскетбола в России

История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Количество занимающихся в России и в мире. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодежных и юниорских команд баскетболистов на соревнованиях.

Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена

Решающая роль социальных начал в мотивации спортивной деятельности. Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Общая и специальная психологическая подготовка. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям. Регуляция уровня эмоционального возбуждения. Основные приемы создания готовности к конкретному соревнованию. Идеомоторные, аутогенные и подобные им методы.

Гигиенические требования к занимающимся спортом

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная емкость легких. Потребление кислорода. Функции пищеварительного аппарата. Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Питательные смеси. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Пищевые отравления и их профилактика. Гигиеническое значение кожи. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Рациональное чередование различных видов деятельности. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.