Пояснительная записка

инструктора по физической культуре Зябкиной Л.А.

по теме «Приобщение детей к физической культуре посредством организации кружка по обучению детей 5-7 лет игре в баскетбол»

Повышение эффективности физического воспитания дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического развития человека. Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

* недостаточная двигательная активность в течение дня, особенно в холодный период года
* загруженность статическими занятиями
* недостаточность внимания в Примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой) игровым видам спорта, обучению детей игре в баскетбол, футбол, волейбол
* желание родителей видеть ребёнка физически совершенным: развитым, здоровым, активным.

Кружок «Юные баскетболисты» направлен на приобщение детей 5-7лет к физической культуре посредством обучения игре в баскетбол. В кружок включены игры, игровые упражнения, которые способствуют развитию ловкости, координации движений, согласованности действий, развитию быстроты, прыгучести, силы, внимания. В баскетболе создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых качеств ребёнка. Командные игры приучают детей преодолевать эгоистические побуждения. Ради интересов команды ребёнку часто приходится отказываться от мяча, передавая его партнёру, который имеет более благоприятные условия для игры. Необходимость принимать быстрые, но разумные решения, способствуют развитию самостоятельности, уверенности в своих силах. Играя в баскетбол, дети упражняются не только в передачах мяча, ведении мяча, бросков мяча в корзину, но и совершенствуют такие важные виды основных движений, как бег и прыжки.

**Краткая характеристика старшей группы «Медуница»:**

в группе 21 ребёнок, из них 1 ребёнок имеет I группу здоровья, 15 детей имеют II группу здоровья и 5 детей III группу здоровья. По результатам мониторинга: почти все дети группы имеют средний и выше среднего уровень физического развития. В группе 16 девочек и 5 мальчиков.

Инструктор по физической культуре один раз в неделю проводит с детьми специально организованные занятия по обучению детей элементам игры в баскетбол, различным упражнениям с мячом. Имеется план кружка и табель посещаемости.

**Цель работы кружка «Юный баскетболист»:** Формирование стремления к здоровому образу жизни через обучение игре баскетбол.

**Задачи**

**Старшая группа (первый год обучения)**

1. Знакомить детей с игрой баскетбол
2. Учить детей элементам техники игры баскетбол:
* ведению мяча на месте и в движении
* передаче и ловле мяча
* броскам в баскетбольное кольцо
* стойке баскетболиста
* простейшим парным взаимодействиям
1. Развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, крупную и мелкую моторику рук.
2. Воспитывать целеустремлённость, выдержку, уверенность в себе, решительность, умение действовать в команде.

**Подготовительная к школе группа (второй год обучения)**

* Совершенствовать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и применять их в игровой ситуации
* Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом
* Ориентироваться на площадке (в зале), находить свободное более удобное место для игры
* Воспитывать умение играть в команде, подчинять собственные интересы желаниям коллектива

**Кружок «Юные баскетболисты»**

**Календарно – тематическое планирование на текущий год 2014-2015**

**для детей 5-6 лет (старшая группа «Медуница», первый год обучения)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Сентябрь** |
| **№1-№2**1. Познакомить детей с мячом для футбола, волейбола, баскетбола. 2.Учить детей брать баскетбольные мячи и убирать их на место.3.Дать возможность осознать физические качества мяча (упругость, вес, объём).3. Развивать глазомер, точность движения.  | **Занятие №1 – №2****Разминка**. Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Дыхательные упражнения на восстановление дыхания.Загадка про мяч.**ОВД** Беседа «Знакомство с мячом для футбола, волейбола, баскетбола» (с использованием наглядного материала)Перестроение в две колонны.1.Игровое задание «Прокати и попади» (прокатывание баскетбольного мяча между ориентирами «змейкой» правой (левой) рукой, бросок мяча в обруч.2.Игровое задание «Кто выше?» (бросок баскетбольного мяча вверх двумя руками, ловить двумя руками после отскока от пола)3.Игровое задание «Внимание» (отбивать мяч одной рукой от пола, на сигнал «стоп» - мяч поднять вверх, положить на голову)**Игра** «Сбей кеглю» (сбить кегли мячом любым способом)**Дыхательная гимнастика «Шарик»**: Надувала кошка шар, а котёнок ей мешал. Подошёл и лапкой топ, а у кошки шарик - лоп. Ш-ш-ш *(надувать и сдувать живот).* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Октябрь** |
| **№3-№4**1.Формировать умение владеть мячом.2.Приучать не мешать товарищу по игре.3.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.**№5-№6**1.Формировать умение действовать с мячом.2.Учить быстро реагировать на сигнал.3.Воспитывать выдержку и внимание.  | **Занятие №3 - №4****Разминка**. Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках, на сигнал воспитателя ударить мячом об пол и поймать.**ОВД** 1. Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками.2. Катание мяча, наклонившись, обеими руками по прямой.3.Свободная игра детей с мячом (7-8 мин).**П/и** «Лови мяч» (резиновый мяч)**Дыхательная гимнастика** **«Подуем»:** Подуем на плечо,Подуем на другое,Подуем на живот,Как трубка станет рот,А потом на облакаИ остановимся пока! | **Занятие №5-№6****Разминка.** Построение в шеренгу. Ходьба друг за другом с мячом в руках, на сигнал воспитателя подбросить мяч вверх и поймать его.**ОВД**1.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола.2.Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его.3.Свободная игра детей с мячом, но после сигнала необходимо как можно быстрее поймать мяч, поднять мяч вверх, положить на голову.**П/и** «Будь внимателен» («Лови мяч») (баскетбольный мяч)**Дыхательная гимнастика**  **«Дерево на ветру»:**ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево. |
| **Задачи** | **Октябрь** |
| **№7**1.Учить ловле мяча.2.Закреплять умение быстро реагировать на сигнал.3.Способствовать развитию ориентировки в пространстве. | **Занятие №7****Разминка**. Построение в шеренгу. Свободная игра детей с баскетбольным мячом.**ОВД**1.Бросание мяча вниз и ловля его ладонями после отскока.2.Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.П/и «Мяч по кругу»: под музыку дети передают мяч по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и ребёнок, у которого остался мяч в руках, выходит в центр круга и отбивает мяч одной рукой.П/и «Мяч в корзину»: Дети встают вокруг корзины (туннеля), на расстоянии 2-3 шагов. После сигнала воспитателя бросают мячи, стараясь попасть в неё (в корзину).**Дыхательная гимнастика**  **«Дерево на ветру»:**ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Ноябрь** |
| **№8**1.Учить ловле мяча.2.Закреплять умение быстро реагировать на сигнал.3.Способствовать развитию ориентировки в пространстве.**№9-№10**1.Учить ловле мяча.2.Упражнять в умении действовать с ним.3.Способствовать развитию координации движений.4.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. | **Занятие №8****Разминка**. Построение в шеренгу. Свободная игра детей с баскетбольным мячом.**ОВД**1.Бросание мяча вниз и ловля его ладонями после отскока.2.Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.П/и «Мяч по кругу»: под музыку дети передают мяч по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и ребёнок, у которого остался мяч в руках, выходит в центр круга и отбивает мяч одной рукой.П/и «Мяч в корзину»: Дети встают вокруг корзины (тоннеля), на расстоянии 2-3 шагов. После сигнала воспитателя бросают мячи, стараясь попасть в неё (в корзину).**Дыхательная гимнастика**  **«Дерево на ветру»:**ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево. | **Занятие №9-№10****Разминка**. Построение в шеренгу. Перестроение в две колонны. Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.**ОВД**1.Свободная игра детей с баскетбольным мячом.2. Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.П/и «Мяч по кругу»: под музыку дети передают 2 мяча по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и дети, у которых остались мячи в руках, выходят в центр круга и отбивают мяч одной рукой.П/и «Вызов по имени»**Дыхательная гимнастика** **«Достань пол»:**И. п. – встать прямо, ноги врозь, руки вперёд. Наклониться вперёд и достать ладонями пол со словами: «Бак». Повторить медленно 2-4 раза. |
| **Задачи** | **Ноябрь** |
| **№11**1.Формировать навыки бросания мяча2.Совершенствовать навык ловли мяча3.Способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости4.Учить дружно играть. | **Занятие №11****Разминка**. Построение в шеренгу. Перестроение врассыпную по залу.Бросание баскетбольного мяча вверх и ловля его после отскока.**ОВД**Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.**П/и** «Обгони мяч»: дети делятся на 2 колонны: 1 колонна встаёт в круг (с одним мячом); 2 колонна так и остаётся в колонне. По сигналу педагога, дети, которые стоят в кругу, начинают передавать мяч по кругу, а дети, которые стоят в колонне, по очереди оббегают этот круг, пытаясь обогнать мяч (потом меняются).**П/и** «Будь внимателен» (роль водящего выполняет ребёнок) (мяч резиновый).**Дыхательная гимнастика «Шарик»**: Надувала кошка шар, а котёнок ей мешал. Подошёл и лапкой топ, а у кошки шарик - лоп. Ш-ш-ш *(надувать и сдувать живот, лёжа на полу).* |
| **Задачи** | **Декабрь** |
| **№12**1.Формировать навыки бросания мяча2.Совершенствовать навык ловли мяча3.Способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости4.Учить дружно играть.**№13-№14**1.Учить детей передавать мяч двумя руками от груди.2.Упражнять в ловле мяча.3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве. | **Занятие №12****Разминка**. Построение в шеренгу. Перестроение врассыпную по залу.Бросание баскетбольного мяча вверх и ловля его после отскока.**ОВД**1.Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.2.Перебрасывание мяча друг другу от груди с отскоком от пола.3.Ведение мяча по прямой в беге.**П/и** «Обгони мяч»: дети делятся на 2 колонны: 1 колонна встаёт в круг (с одним мячом); 2 колонна так и остаётся в колонне. По сигналу педагога, дети, которые стоят в кругу, начинают передавать мяч по кругу, а дети, которые стоят в колонне, по очереди оббегают этот круг, пытаясь обогнать мяч (потом меняются).**П/и** «Будь внимателен» (роль водящего выполняет ребёнок) (мяч резиновый).**Дыхательная гимнастика «Шарик»**: Надувала кошка шар, а котёнок ей мешал. Подошёл и лапкой топ, а у кошки шарик - лоп. Ш-ш-ш *(надувать и сдувать живот, лёжа на полу).* | **Занятие №13-№14****Разминка**. Построение в шеренгу. Перестроение в две шеренги.Передача двумя руками от груди, стоя парами.**ОВД**1.Игровое задание «У кого меньше мячей»: между двумя шеренгами протягивается шнур, по сигналу педагога дети начинают перебрасывать мячи через шнур, как можно быстрее. По сигналу педагога «стоп игра» - подсчитываются мячи на каждой стороне, выигрывают дети, у которых меньше мячей на стороне.2.Эстафета «Обгони мяч» (п/и)3.Произвольная игра детей с мячом.**Массаж мячиками - «ёжиками»** (в парах)**Дыхательная гимнастика «Курочка»:**ИП: ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги, руки опущены, разводит руки широко в стороны, как крылья – вдох; на выдохе наклоняется, опустив голову и свободно свесив руки, произносит: «кудах-тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Январь** |
| **№15-№16**1.Совершенствовать навыки передачи – ловли мяча;2.Развивать умение точно бросать мяч в определённом направлении;3.Воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища. | **Занятие №15-№16****Разминка**. Построение врассыпную, разминка под музыку «Фиксики». Построение в шеренгу. Перестроение в две колонны, в две шеренги. Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.**ОВД**1.Перебрасывание мяча друг другу от груди с отскоком от пола.Перестроение в две колонны.2.Эстафета «Мяч капитану»: Участники делятся на две команды. На полу отмечают две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, на другой становятся капитаны, каждый лицом к своей команде. У обоих капитанов в руках по мячу. Эстафета начинается по сигналу: оба капитана одновременно бросают мячи впереди стоящим из своих команд. Поймав мяч, играющий кидает его обратно капитану, а сам занимает последнее место в колонне. Затем капитан бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно - третьему. Кинув мяч капитану, каждый играющий убегает в конец колонны. Выигрывает та команда, у которой раньше возле черты снова окажется тот, кто первый ловил мяч, брошенный капитаном.Построение в одну шеренгу, перестроение в три колонны**П/и** «Поймай мяч» («Собачка»): Из тройки выбирается одна «собачка», которая между двумя ребятами. Эти двое ребят начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача "собачки" - поймать мяч (перехватить его на лету).**П/и** «Сделай фигуру»: под музыку дети играют с мячом, музыка остановилась, дети замирают с мячом, изображая спортсмена с мячом (футболиста, баскетболиста, волейболиста и т.п.).**Малоподвижная игра «Назови вид спорта»:** Дети по кругу передают мяч, по сигналу стоп, ребёнок, у которого остался мяч в руках, называет любой вид спорта.Д/и «Назови зимний вид спорта» (по картинке). |
| **Задачи** | **Февраль** |
| **№17-№18**1.Упражнять детей в передаче – ловле мяча.2.Воспитывать внимание.3.Способствовать развитию точности движения.**№19-№20**1.Совершенствовать навыки передачи – ловли мяча.2.Воспитывать организованность, ответственность за свои действия перед командой. | **Занятие №17-№18****Разминка**. Построение в шеренгу. Перестроение в три шеренги: Дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу, с отскоком от пола, сперва в правую, затем в левую сторону.**ОВД**1. Повторяется первое упражнение. При этом после передачи мяча каждый игрок перебегает на место того, которому передал мяч.2. «Поймай мяч» («Собачка»): Из тройки выбирается одна «собачка», которая между двумя ребятами. Эти двое ребят начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача «собачки» - поймать мяч (перехватить его на лету).Перестроение в две колонны.**Эстафета** «Мяч в кольцо»: дети делятся на 2 колонны: По сигналу педагога, дети, которые стоят первые с мячом, бросают мяч в баскетбольное кольцо, ловят мяч, передают следующему, встают в конец колонны.**Дыхательная гимнастика «Чайник»:***Я - чайник, ворчун, хлопотун, сумасброд,**Я вам на показ выставляю живот,**Я чай кипячу, клокочу и кричу:**- Эй, дети, я с вами чай пить хочу!* Сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот - вдох, выпячивая - выдох. Выдыхая, громко произносить: «Ф - ф – ф - ф». | **Занятие №19-№20****Разминка**. Свободная игра детей с мячом в зале (3-4мин).**ОВД**1.«За мячом»: бросок мяча из-за головы, по сигналу догнать свой мяч.2. «Передача мяча»: Дети передвигаются по залу парами, лицом друг к другу, между ними 2-3 шага и перебрасывают друг другу мяч от груди.**Эстафета «Мяч капитану»:** Участники делятся на две команды. На полу отмечают две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, на другой становятся капитаны, каждый лицом к своей команде. У обоих капитанов в руках по мячу. Эстафета начинается по сигналу: оба капитана одновременно бросают мячи впереди стоящим из своих команд. Поймав мяч, играющий кидает его обратно капитану, а сам занимает последнее место в колонне. Затем капитан бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно - третьему. Кинув мяч капитану, каждый играющий убегает в конец колонны. Выигрывает та команда, у которой раньше возле черты снова окажется тот, кто первый ловил мяч, брошенный капитаном.**Дыхательная гимнастика «Капель»:**И.п. по желанию. Вдох носом, на выдохе произносить «кап-кап» в разных вариантах, с изменением громкости и темпа произнесения.*(при произнесении: «к» - глухой, отрывистый, «п»- напряженными губами, акцентировано).* |
| **Задачи** | **Март** |
| **№21-№22**1.Учить детей ведению мяча на месте;2.Упражнять в передаче – ловле мяча;3.Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. | **Занятие №21-№22****Разминка**. Построение в шеренгу. Встать врассыпную по залу с мячами в руках. Ведение мяча на месте правой, левой рукой.**ОВД**1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко)2.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой.3.Ведение мяча по залу, по кругу, друг за другом.4.«За мячом»: бросок мяча от груди, по сигналу догнать свой мяч.Перестроение в две шеренги.5.«Передача мяча»: Дети передвигаются по залу парами, лицом друг к другу, между ними 2-3 шага и перебрасывают друг другу мяч от груди.6. Свободная игра детей с мячом.**Дыхательная гимнастика «Шарик»:**Воздух мягко набираем (вдох)Шарик красный надуваем (выдох)Шарик тужился, пыхтел (вдох)Лопнул он и засвистел: «Тс-с-с» (выдох, с произнесением «тс-с-с»). |
| **Задачи** | **Апрель** |
| **№23-№24**1.Закреплять умение ведения мяча на месте.2.Учить передаче мяча одной рукой от плеча.3.Способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.**№25**1.Закреплять ведение мяча на месте.2.Учить детей прицеливаться при броске мяча в цель.3.Воспитывать уверенность в своих силах». | **Занятие №23-№24****Разминка**. Построение в шеренгу. Встать врассыпную по залу с мячами в руках. Ведение мяча на месте правой, левой рукой.**ОВД**1.Ведение мяча на месте попеременно правой, левой рукой.2.Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой.3.Передача мяча одной рукой от плеча в парах (правого, левого) на месте.**П/игра** «Займи свободный обруч»: По залу на полу раскладываются обручи на разном расстоянии друг от друга. Все дети, за исключением водящего, становятся в обручи и перебрасывают мячик (резиновый) друг другу в разных направлениях. Водящий, находясь между обручами, старается поймать мяч на лету или дотронуться до него рукой. Если водящему удалось это сделать, воспитатель даёт свисток, и все игроки должны поменяться местами, а водящий старается занять любой из обручей. Кто не успел занять обруч, становится водящим и игра продолжается.**М.п.игра** «Будь внимателен» (баскетбольный)**Пальчиковая гимнастика** «Перелётные птицы»:Перелетные птицы Тили- тели, тили - тели- С юга птицы прилетели! *(скрестить большие пальцы, помахать ладошками)*Прилетел к нам скворушка - Серенькое перышко. *(поочередно сгибать пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки)*Жаворонок, соловей Торопились: кто скорей. Цапля, лебедь, утка, стриж, Аист, ласточка и чиж.*(скрестить большие пальцы, помахать ладошками)*Все вернулись, прилетели, Песни звонкие запели! *(указательным и большим пальцами сделать «клюв» - «птицы поют»)* | **Занятие №25****Разминка**. Построение в шеренгу. Встать врассыпную. ОРУ под песню «Робот Бронислав».**ОВД**1.Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя.2.Подбрасывать поочерёдно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами.3.Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля – правой.4.Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом) (в парах).**П/игра** «У кого меньше мячей»: Дети делятся на две равные команды. Каждый из них берёт по одному резиновому мячу и располагается на своей половине зала (зал разделён шнуром). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей.**Игровое задание** «Целься вернее»: дети становятся за линию в три колонны, в 2-3м от которых находятся 3 обруча. Они поочерёдно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них. Бросать можно любым способом, как кому удобнее.**Дыхательная гимнастика** «Цветы»:*Дети стоят по кругу. Педагог читает им стих:*Каждый бутончик склониться бы радНаправо, налево, вперёд и назад.От ветра и зноя бутончики этиСпрятались живо в цветочном букете(Е. Антоновой-Чалой).Дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались.Упражнение повторить 6-8 раз. |

**Конспект физкультурного досуга «Мы баскетболисты»**

**с использованием игровых, здоровьесберегающих технологий**

(итоговое занятие - отчёт по проведению кружковой работы с детьми в течение 2014-2015 года «Юные баскетболисты» *(первый год обучения)* для родителей)

**Участники:** дети старшей группы «Медуница»

**Подготовила и провела:** инструктор по физической культуре Зябкина Л.А.

**Помощь в проведении:** воспитатель Кудрявцева Р.В. – роль Антошки.

**Цель:** Формирование стремления к здоровому образу жизни через обучение игре баскетбол.

**Задачи:**

1.Формировать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча на месте и в движении.

2.Упражнять в ловле – передаче мяча.

3.Способствовать воспитанию выдержки, развитию координации движений, чувства равновесия и глазомера.

**Инвентарь и оборудование:** баскетбольныемячи (по количеству детей), свисток, обручи (по количеству детей), туннель, костюм Антошки, мяч резиновый, массажные мячи (на подгруппу), музыкальное сопровождение.

**Ход досуга**

Дети входят в зал. Построение. Приветствие.

*Слышится звон разбитого стекла.*

**ФК:** Это наверно опять Антошка безобразничает?

**Антошка:** Ой, ой, ой, что же теперь будет? *(заходит в зал)*

**ФК:** Здравствуй, Антошка. Ну, что опять играл с мячом и разбил стекло? Говорила я тебе, чтобы ты занялся каким-нибудь видом спорта, где играют с мячом по правилам.

**Антошка:** Что это за виды спорта? Я не знаю.

**ФК:** Это спортивные игры с мячом, и в этих играх есть свои правила. Ребята, какие спортивные игры с мячом, вы знаете? *(футбол, волейбол, баскетбол и т.п.)*

**Антошка:** А как в них играть?

**ФК:** Ты оставайся у нас на тренировке. Посмотришь, попробуешь поиграть, может тебе понравится вид спорта, которым мы будем заниматься с ребятами.

**Антошка:** А как он называется?

**ФК:** Ребята, какой вид спорта мы с вами изучаем? *(баскетбол)*

**ФК:** Начнём свою разминку? Выпрямили спинку!

*Разминка под музыку.*

*Дети встают врассыпную с баскетбольными мячами*.

**ФК:** Ребята, давайте покажем Антошке, как надо отбивать мяч.

1.Ведение мяча на месте правой, левой рукой.

2.Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко)

3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой.

4.Ведение мяча на месте попеременно правой, левой рукой.

5. Ведение мяча по залу, по кругу, друг за другом.

**Антошка:** Как здорово, я уже научился играть в баскетбол.

**ФК:** Подожди, Антошка. Сейчас, ребята тебе покажут, как надо выполнять передачу мяча.

*Перестроение в две шеренги в движении:*

1.С отскоком от пола

2.От груди двумя руками.

**Антошка:** Ух, ты. Всё я уже баскетболист.

**ФК:** Подожди, не спеши. Главное в игре баскетбол – это забросить мяч в баскетбольную корзину, и как можно больше. Вот мы сейчас это и попробуем сделать.

*(одна колонна детей садится на скамейку, другая забрасывает б.мячи в туннель, затем меняются)*

**ФК:** Ещё в игре баскетбол нужно быть быстрым, ловким, прыгучим и внимательным. Попробуй, Антошка, сыграй с нами в игры.

1.**П/и «Обгони мяч»**

*Описание: дети делятся на 2 колонны: 1 колонна встаёт в круг (с одним мячом); 2 колонна так и остаётся в колонне. По сигналу педагога, дети, которые стоят в кругу, начинают передавать мяч по кругу, а дети, которые стоят в колонне, по очереди оббегают этот круг, пытаясь обогнать мяч (потом меняются).*

2.**П/и «Займи свободный обруч»**

*Описание игры: По залу на полу раскладываются обручи на разном расстоянии друг от друга. Все дети, за исключением водящего, становятся в обручи и перебрасывают мячик (резиновый) друг другу в разных направлениях. Водящий, находясь между обручами, старается поймать мяч на лету или дотронуться до него рукой. Если водящему удалось это сделать, воспитатель даёт свисток, и все игроки должны поменяться местами, а водящий старается занять любой из обручей. Кто не успел занять обруч, становится водящим и игра продолжается.*

**Антошка:** Как интересно, нет… мне надо ещё тренироваться, чтобы играть в эту замечательную спортивную игру баскетбол.

**ФК:** Антошка, как ты уже знаешь, мячи бывают разные. Есть такие мячики, с которыми бегать не надо, бросать их не надо, но они помогают укреплять наше здоровье. Что это за мячики? *(показывает массажные мячики, дети отвечают)*

*Дети делятся на пары, садятся на пол и выполняют массаж мячиками - «ёжиками» (под песню «Вот бежит колючий ёжик»)*

**Антошка:** Мне очень понравилось, побегу, расскажу ребятам во дворе и про игру баскетбол и про массажные мячики. Спасибо! До свидания.

**ФК:** Вот видите, ребята, мы помогли Антошке. Он больше не будет хулиганить и бить стёкла в домах. Вам, понравилось учить Антошку? А теперь и вам пора. В добрый путь. Физкульт-ура! *(можно подарить детям мыльные пузыри).*