ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОУ

**«Баскетбол»**

 (план – конспект открытого занятия в старшей группе)

**Тема занятия: «Играем в баскетбол»**

**Цель:**

1. Упражнять в отбивании мяча на месте правой и левой рукой, бросании мяча вверх и ловлю с

 1- 2 хлопками;

- в перебрасывании мяча двумя руками от груди, из-за головы;

- в выполнении правильных бросков в корзину с места двумя руками снизу, двумя руками от

 груди; сохранять равновесие при броске;

- в ведении мяча правой рукой вдоль границы зала.

2. Закрепить знание летних видов спорта;

3. Сохранять равновесие, развивать координацию движений, ловкость в игре «Отними мяч».

4. Воспитывать желание заниматься любимым видом спорта.

**Оборудование:** мячи (диаметр 25см), баскетбольные мячи, баскетбольные кольца – 2 шт; 4 кегли.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание занятия | Дозировка | Темп | Дыхание | Методические указания |
|  1.  2.  3. | Построение в шеренгу, поворот вправо, ходьба с заданием для рук и плечевого пояса. Упражнение для кистей рук: «Замок», «Змейка», «Волна». Бег в среднем темпе до 35секунд, ходьба, ходьба широким шагом с одновременной работой рук, ходьба с высоким подниманием бедра, обычная ходьба, боковой галоп, бег в медленном темпе до 1,5 минут, ходьба, построение в колонну.Основная часть: а) Отбивание мяча правой и левой рукой стоя на месте (выполняется фронтально всей группой). б) Бросание мяча вверх и ловля с двумя хлопками (бросок выполняется двумя руками снизу чуть выше роста ребенка). в) Ведение мяча правой рукой вдоль границы зала (выполняется с изменением направления и темпа, с соблюдением интервала движения.) г) Перебрасывание мяча двумя руками от груди (правильный захват мяча сбоку, концентрировать внимание при броске)  д) «Попади точно» Броски мяча в корзину с места (расстояние 2-2,5 метра от лицевой линии), выполняются подгруппами в форме соревнования. Побеждает та команда, у которой было больше всех точных бросков. е) Игра « Отними мяч» (Дети делятся на пары, каждый ребенок должен отнять мяч у своего « противника»)Игровое упражнение: «Назови летние виды спорта»Ходьба в колонне по одному с заданием на восстановление дыхания: «Волшебные руки», «Обними себя», «Аромат букета».  Анализ занятия (опрос 2-3 детей о выполненных заданиях). | 4 минутыпо 20-25 раз8-10 раз.2 раза  8-10 раз.2 мин.2 мин.2 мин.2 мин. |  .средниймедлен.среднийсреднийсредн. среднийсредн.средн.медл. | произвол.произвол.произвол. произвол.произвол.произвол.произвол.произвол.произвол.медленныйвдох -шумный выдох | следить за осанкой и дыханием.следить за качеством выполнения Регулировать силу рук;Обратить внимание на правильное исходное положение при броске, на точность броска.Мяч находится сбоку от себя, следить за направлением мяча.Правильное исходное положение -Удерживать мяч близко к туловищу в правильном исходном положении.- Выполнять бросок рукой и кистью. -Уметь прицеливаться: одновременно видеть цель и мяч. - Контролировать зрением свои движения.Руками не задевать соперника;(опрос 2-3 детей содержания и правила игры)Следить за осанкой- Какое упражнение было для вас трудным? - А какое упражнение вам нравится выполнять?  |

Литература:

 1. Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. «Технические приемы игры в баскетбол»

 Волгоград. 1984г.

 2. Адашкявичене Э.Й. «Баскетбол для дошкольников» М.: «Просвещение», 1983г.