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 | Дозиров  ка | 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 минуты  по 20-25 раз  8-10 раз.  2 раза  8-10 раз.  2 мин.  2 мин.  2 мин.  2 мин. | .  средний  медлен.  средний  средний  средн.    средний  средн.  средн.  медл. | произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  произвол.  медлен  ный  вдох -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.