

Стороженко А.Ф.

Играем в баскетбол

Программа по обучению
дошкольников игре баскетбол



Альфия Стороженко
Играем в баскетбол

«ЛитРес: Самиздат»

2015

Стороженко А. Ф.

Играем в баскетбол / А. Ф. Стороженко — «ЛитРес: Самиздат»,
2015

Программа дополнительного образования детей 5-8 лет по обучению игре в баскетбол формирует умения и навыки в игре баскетбол. Игра имеет оздоровительный эффект, восполняет недостаток двигательной активности, благотворно воздействует на все системы детского организма.

© Стороженко А. Ф., 2015
© ЛитРес: Самиздат, 2015

Содержание

1. Введение, актуальность
2. Цель, задачи
3. Особенности содержания программы
4. Содержательное обеспечение разделов программы
5. Примерное тематическое планирование
6. Особенности обучения дошкольников игре в баскетбол
7. Методы и формы обучения дошкольников игре в баскетбол
8. Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол
9. Особенности методики обучения.
10. Правила игры для дошкольников
11. Оборудование площадок и инвентарь для игры
12. Список литературы

Приложение 1 Упражнения, способствующие обучению игре в баскетбол

Приложение 2. Игры

Приложение 3. Примерные конспекты занятий

Приложение 4. Материалы диагностики

Приложение 5. Учебно-тематический план работы

Введение

Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных навыков дошкольников. Анализ исследований по вопросам развития двигательных навыков и качеств детей (Е.Н. Вавилова, 1981; Н.А. Ноткина, 1980) свидетельствуют, что почти у 40% старших дошкольников уровень развития двигательных навыков ниже среднего. По данным М. Руновой (1998), двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60% естественной потребности детей в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения их здоровья, снижения жизненного тонуса. Это обострило проблему поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, быстрым, выносливым. Решение этой проблемы – в совокупности социально-педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное, физическое и личностное развитие ребенка. Этому способствуют игровые формы организации двигательной деятельности детей. Подвижные игры с элементами спорта как вид деятельности, как правило, предполагают изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные

игры с элементами спорта позволяют ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Таким образом, очевидно значение спортивных игр для всесторонней физической подготовки детей. Однако из всех видов спортивных игр следовало выбрать ту игру, которая бы в наибольшей степени позволила добиться высокого уровня развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста. Выбор остановлен на спортивной игре с элементами баскетбола, так как игра с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. Дети 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 движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у детей дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. У них еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Кроме того, игра в баскетбол может проводиться в здании ДОО, что делает ее актуальной в любых климатических условиях.

Баскетбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных занятий – тренировок. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений у детей дошкольного возраста. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В игре баскетбол развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила. Баскетбол оказывает положительное влияние на развитие точности движений, на физическое развитие и работоспособность ребенка, на развитие не только крупных, но и мелких мышц обеих рук, увеличивает подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для ребенка, готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. При обучении игре в баскетбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важно – мышцы удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки.

В игре баскетбол создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Цель программы дополнительного образования: обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья дошкольников, воспитание социально-активной личности через обучение игре в баскетбол.

Для достижения цели определены следующие воспитательные и образовательные **задачи**:

- формировать устойчивую привычку к систематическим занятиям-тренировкам;
- способствовать формированию активной творческой личности;

- развивать необходимые двигательные навыки;
- обеспечить развитие физических качеств (выносливость, быстрота, сила, ловкость, гибкость);
- помочь детям овладеть основами игры в баскетбол;
- выявить перспективных детей для дальнейшего прохождения обучения в спортивных школах города.

Срок обучения по программе: 2 года.

Набор детей для обучения по Программе дополнительного образования по обучению игре баскетбол осуществляется согласно заявления родителей, с учетом состояния здоровья ребёнка. Формирование группы осуществляется в начале учебного года, согласно Уставу образовательной организации. Образовательная деятельность осуществляется с детьми 5-7 лет, имеющими желание заниматься данным видом спорта. Количественный состав группы – 10-15 человек. Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями дошкольников и рассчитана на проведение 1 часа в неделю – 34 часов в год. Периодичность проведения занятий – согласно сетке занятий, длительность – согласно возрастным особенностям дошкольников. Программа построена на основании современных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.