

# Баскетбол



Физическое воспитание - одно из необходимых условий правильного развития детей. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр.



**Баскетбол как метод физического воспитания.**  
В разделе физического воспитания «Программы воспитания в детском саду» действия детей с мячом включены начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.



Элементарные действия игры в баскетбол могут широко использоваться в старших и подготовительных к школе группах детского сада.

**Баскетбол** – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

## Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол

**Игра в баскетбол** – командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в баскетбол отличается от подвижных игр большей определенностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры – определенным временем.



- ▶ Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий.
- ▶ Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без передачи его партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения.
- ▶ Второй вид действий более специфичный для баскетбола – ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.



Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки, а также действиям с мячом: передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, ловля двумя руками на уровне груди, ведение мяча правой рукой по прямой с изменением направления, при противодействии другого игрока, броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

## **Задачи обучение дошкольников элементам баскетбола:**

- передача мяча двумя руками снизу, из-за головы, от груди, одной рукой от плеча;
- ведение мяча правой и левой рукой стоя на месте и на гимнастической скамейке;
- ведения мяча по кругу, обводка предметов; броски мяча в кольцо двумя руками от головы, одной рукой от плеча;
- игра по упрощенным правилам.



## Методы:

- ▶ **Наглядные:** показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация.
- ▶ **Словесные:** название упражнения, объяснение, указания, пояснения, распоряжения, команды, описание, анализ действия, оценка, вопросы к детям, словесные инструкции. Когда воспитатель рассказывает содержание игры, он должен стараться быть эмоциональными. Через мимику и жест, выразительностью объяснения и интонацией передается суть действий. Знакомление должно быть кратким, точным, не отвлекаясь на замечания. При подведении итогов занятий следует обязательно проводить анализ действий каждого (поведение во время игры, нарушение правил, отличившиеся и активные участники и т.д.) Привлекая детей к анализу нужно давать возможность каждому высказаться, определить свой взгляд на происходящее.
- ▶ **Практические:** выполнение упражнений без изменений и с изменениями, практическое опробование, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме, выполнение упражнений в различных условиях.

## **Оборудование площадок и инвентарь для игры.**

Корзины надо использовать со щитом, длина которых 120 см., высота 90 см., внутренний диаметр корзин 45 см. Сетка должна иметь длину 40 см. Корзины подвешиваются не ниже 180 см., не выше 200 см. над уровнем площадки. Щиты делаются из целого прочного дерева, поверхность их окрашивается белым цветом, а края обводятся красной линией шириной 5 см.

Мячи можно использовать разного веса и диаметра. При обучении ведению мяча лучше пользоваться надувными мячами. Детские резиновые мячи плохо отскакивают от пола, и, ведя их, дети прилагают большие усилия, что ведет к принятию неправильной стойки.

Наиболее удобная для игр с мячом площадка длиной 13 м., шириной 7 м. На площадке следует отметить боковые и лицевые линии и круг для розыгрыша спорных мячей в центре площадки диаметром 1,8 метра. Площадки могут быть разного покрытия, но лучше всего деревянные – их легко чистить, от них хорошо отскакивает мяч.

Проведение игры возможно и в спортивном зале детского дошкольного учреждения. Оборудование и инвентарь соответственно площадке.

# Банк игр с элементами баскетбола

Игры с передачей и  
ловлей мяча

- «Десять передач»
- «Мяч водящему»
- «Успей поймать»
- «Скажи какой цвет»

Игры с ведением и  
бросками мяча

- «Пять бросков»
- «Метко в цель»
- «Мяч ловцу»
- «Борьба за мяч»
- «Играй, мяч не теряй»

## Подвижная игра с мячом

**«Играй, играй мяч не теряй».**

**Задачи.** Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать физические качества мяча, формировать умения управлять мячом и играть с ним не мешая товарищу, находить свободное место на площадке.

**Описание игры.** Все дети располагаются на площадке и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

**Варианты.** После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста.

**Методические указания.** Перед игрой воспитатель называет движение с мячом, которые дети могут выполнять.

- ▶ *Игра с передачей, ловлей мяча*
- ▶ **«10 передач».**
- ▶ **Задачи.** Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения.
- ▶ **Описание игры.** Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча.
- ▶ **Методические указания.** Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.

*Игра для обучения ведению мяча.*

- ▶ **«Ловец с мячом».**
- ▶ **Задачи.** Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать честность и справедливость.
- ▶ **Описание игры.** Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удастся, то тот кого он задел становится водящим, а водящий игроком.
- ▶ **Методические указания.** Вначале роль водящего выполняет воспитатель, а в дальнейшем – ребенок, свободно управляющий мячом.

Э. И. АДАШКЯВИЧЕНЕ **Баскетбол**  
**для дошкольников**

