

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение города Москвы  
«Школа № 1516»

107589, г. Москва, ул. Хабаровская, д.4А; тел(факс) 8-495-460-4366;

<http://gym1516.mskobr.ru>; E-Mail: 1516@edu.mos.ru

ИНН 7718792108

КПП 771801001

ОГРН 1107746022560

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «31» 08 2018 года  
Протокол № 1



Утверждаю  
Директор ГБОУ Школа №1516  
И.Л. Буканова  
от «31» 08 2018 года

**Дополнительная общеобразовательная программа  
общеразвивающая программа  
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно - спортивная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 8 – 16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:

Кравченко А. И.

Педагог дополнительного образования

Москва, 2018 г.

# Содержание:

<b>Ценность физического воспитания</b>	<b>3</b>
<b>Баскетбол как метод физического воспитания</b>	<b>3</b>
<b>Формирование действий с мячом у детей школьного возраста При обучении игры в баскетбол</b>	<b>4</b>
<b>Особенности методики обучения</b>	<b>7</b>
<b>Условия проведения учебного процесса</b>	<b>9</b>
<b>Правила игры для школьников</b>	<b>9</b>
<b>Оборудование площадок и инвентарь для игры</b>	<b>11</b>
<b>Приложение 1</b>	<b>12</b>
<b>Приложение 2</b>	<b>14</b>
<b>Приложение 3</b>	<b>16</b>

## **Ценность физического воспитания.**

Физическое воспитание – одно из необходимых условий правильного развития детей. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четкость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Полноценное физическое развитие 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. Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности.

## **Баскетбол как метод физического воспитания.**

В разделе физического воспитания «Программы воспитания в школе» действия детей с мячом включены начиная с первого класса. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от класса к классу за счет введения дополнительных занятий, а также более сложных способов выполнения. Кроме подбрасывания мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения, отбивания мяча, ловли, передачи а также забрасывание мяча в корзину.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умение схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества учащегося: быстрота, прыгучесть, сила. У детей младшего школьного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные мышцы, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. При обучении игры в баскетбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важны мышцы удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения и 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 разного возраста к этой игре.

Элементарные действия игры в баскетбол могут широко использоваться на уроках в школе. В занятия при этом могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижения подготовленности детей, а так же ознакомление детей с баскетболом в доступной форме. 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 школьного возраста при обучении игре в баскетбол**

Игра с мячом требует определенного напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. 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. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются: правильная разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь.

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

Важнейшим принципа отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей школьного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; доступны детям на уроках; дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действий должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся.

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки, а также действия с мячом: передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, ловля двумя руками на уровне груд, 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.

В начале основной задачей является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Поэтому в этот период целесообразно дать много разнообразных действий, а также свободно поиграть с мячом. Рекомендуется игра: «Играй, играй мяч и не теряй» (см. Приложение). Нужно добиться, чтобы детям понравилось занятия с мячом, чтобы после игры они оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть. Веселье, смех – неизменные спутники ребенка.

Затем следует научить детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, пальцы должны быть расставлены, кисти лежать сзади – сборку, мышцы рук расслаблены. Не менее важно научить детей принимать, и в дальнейшем сохранять стойку баскетболиста, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча. При это ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине

плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется на обе ноги. Руки согнуты в локтях и находятся на уровне туловища.

После того как дети научатся правильно стоять, держать мяч, передвигаться по площадке, можно учить их ловить мяч обеими руками стоя на месте, а затем с выходом на встречу летящему мячу, в стороны, назад и т.п. Неумение ребенка поймать мяч часто вызывает обиду. Он старается прижимать мяч к груди, а когда не успевает это сделать, мяч летит прямо в лицо. Летящий мяч необходимо встретить руками возможно раньше. Кстати с широко расставленными пальцами образуют как бы половину шара, в котором должен поместиться мяч. Нужно следить за полетом мяча. Как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, необходимо захватить его и подтянуть амортизирующим движением.

Выполнение ловли мяча, а также других элементов баскетбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствуют совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно в ловле мяча необходимо обучать детей передаче мяча двумя руками от груди с места, а затем в движении. Детей следует учить передавать мяч из правильной стойки, держа его руками на уровне груди. Они должны описать мячом небольшую дугу вниз, затем на грудь, и разгибая руки вперед, от себя посылать мяч, активным движением кисти, одновременно разгибая руки. В процессе обучения передачи мяча необходимо напоминать детям, что локти следует опустить вдоль туловища, что нужно стараться бросать на уровне груди партнера и мяч следует сопровождать взглядом и руками.

Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке. При ведении мяча, дети приучаются передвигаться по площадке на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Толчки мяча выполняются несколько сбоку от игрока, равномерно, согласовано с передвижением ребенка. Многие дети пытаются вести мяч прямо перед собой, ударяют по мячу сверху, что мешает продвижению вперед, не умеют сочетать ритм движения руки с ритмом работы ног, управлять мячом и поэтому часто его теряют. В результате системного обучения ведению мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, передвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега, высоту отскока мяча и направления движения. Наиболее благоприятным ритмом ведения мяча для детей школьного возраста является такой, при котором на два шага ребенка приходится один удар мячом по площадке.

Передача мяча и броски его в корзину являются сходной по своей структуре движениями. Детей следует учить броску мяча в корзину с места или с фиксацией остановки после ловли и ведения мяча. Бросать мяч в корзину от груди с места следует из такого же исходного положения, как и в способе передачи мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок игрок должен описать небольшую дугу вниз и на себя и выпрямляя руки вверх, направлять мяч цели с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы раскрываются, выполняя направляющий толчок. С самого начала обучения надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч стоя в правильной стойке, прицеливались, сопровождали мяч взглядом, не уводили локти в сторону.

## **Особенности методики обучения.**

При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль. Они имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простым и легким для детей. Подводящие упражнения позволяют выделить главное звено изучаемого движения, что облегчает освоение двигательного действия.

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнование на скорость выполнения движения способствует их неправильному закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действия с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70%, удовлетворим желание детей играть. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением.

В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата.

После того как дети научатся правильно ловить, передавать, вести и бросать мяч четко, в быстром темпе, без особых усилий появляется возможность играть в более сложные, более близкие к баскетболу, а также в баскетбол по упрощенным правилам. В таких играх дети должны взаимодействовать с мячом, что повышает возможность и создает условия для быстреего и осмысленного формирования навыков действий с мячом.

При обучении элементам баскетбола особенно важно обеспечивать сознательное их усвоение. Понимание детьми смысла движений ускоряет процесс формирования двигательных навыков, а так же что особенно важно, способствует умению в последующих играх самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное отношение к действиям с мячом возникает у детей только при условии, если учитель разъясняет их значение в различных ситуациях применения, объясняет, почему именно так они должны выполняться. Ребенок должен знать, почему в той или иной игровой обстановке более целесообразно применять те или иные действия, выполнять их определенным способом, с определенной скоростью и в определенном направлении. Например, детям нужно объяснить, что вести мяч в игре следует только в том случае, если не можешь передать его партнеру. При приближении защитника более безопасно вести мяч дальше от него рукой и с низким отскоком. Не надо спешить, вести мяч лучше ближе к цели или на более свободное место для передачи партнера.

Для сознательного отношения ребенка к действиям с мячом недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать возможность ребенку упражняться, действовать, активно применять полученные навыки в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей у ребенка возникает сознательное отношение к действиям с мячом, умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности.

В играх с мячом необходимо учить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. Для этого в классе можно создать постоянные команды, поощрять верность друзьям по команде, предостерегая детей от перехода на сторону противника.

В играх с мячом следует выработать у детей привычку поступаться личными интересами ради достижения общей цели. Для этого можно использовать ограничение действий с мячом ввести дополнительные требования. Например: ограничение расстояния ведения мяча, включение задания бросать мяч ловцу после того, как мяч обойдет всех игроков команды.

Часто в играх с мячом возникает необходимость оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение, при этом иногда приходится рисковать любимой ролью в игре. К этому следует приучать детей.

В качестве одного из тактических элементов во многих играх с мячом допускается и поощряется применение игроками отвлекающих действий. Они направлены на то, чтобы отвлечь внимание противника путем ложных действий, предшествующих основным, с целью обыгрывания его. Дети среднего школьного возраста усваивают такие действия с мячом и без него. За отвлекающие действия ребята поощрялись тогда, когда это помогало освободиться от опеки товарища, выйти на свободное место для получения мяча или занять удобную позицию следить за тем, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил игры.

## **Условия проведения учебного процесса.**

Игры с мячом проводятся почти на всех уроках физкультуры. Продолжительность их 15-20 минут.

Некоторые игры, подводящие к баскетболу целесообразно проводить с детьми, сочетая их с другими упражнениями спортивного характера, или с другими видами деятельности, не требующие постоянного контроля учителя. После овладения определенными действиями с мячом и структурой игры надо подвести детей к самостоятельным играм с мячом без непосредственного руководства учителя.

## **Правила игры для школьников.**

Цель игры.

Игра проводится между командами из пяти игроков в каждой. Цель каждой команды в игре – забросить как можно больше мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

Участники игры.

Каждая команда состоит из 5 играющих на площадке и нескольких запасных. Один из игроков – капитан команды. Игроки одной команды должны иметь отличительные знаки от другой команды.

Судейство.

Учитель следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в корзину, разрешает споры.

Время игры.

Игра состоит из четырех таймов. Каждый тайм длится 10 минут. Между которыми дается перерыв. Учитель контролирует время игры. Во время перерыва проводятся броски по кольцу.

Счет игры.

При попадании мяча в корзину, команде начисляется 1, 2 или 3 очка. Игра может закончиться победой одной команды или ничьей.

Правила проведения игры.

Учитель может менять игроков во время игры. Мяч можно передавать, бросать или вести в разных направлениях. Ударять по мячу ногой запрещается. Случайное касание мячом ноги не является нарушением. Мяч считается вышедшим из игры, если он коснулся пола игрока или предмета вне площадки. Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Игрок получивший мяч в движении, может сделать с ним не более двух шагов, после чего он должен выполнить передачу, бросок или ведение. Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно.

Нарушения.

Нарушением считается не соблюдения правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения мяч выбрасывается в игру игроком противоположной команды. Выбрасывание мяча в игру всегда производится из-за боковой линии, против того места на площадке, где было совершено нарушение.

Правила поведения.

Во время игры дети должны всегда проявлять корректность. Игроки, которые ведут себя не дисциплинировано или грубо, должны быть временно удалены с площадки. Запрещается: тянуть за одежду, за руки, толкаться, подставлять ножку и т.д.

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

Корзины надо использовать со щитом, длина которых 120 см., высота 90 см., внутренний диаметр корзин 45 см. Корзины подвешиваются на высоте 305 см.

Баскетбольные 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 усилия, что ведет за собой принятия не правильной стойки.

Наиболее удобная для игр с мячом площадка длиной 13 метров и шириной 7 метров. На площадке следует отметить боковые и лицевые линии, а также круг в центре площадки диаметром 1,8 метра. Площадки могут быть разного покрытия, но лучше деревянные.

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

## **Приложение 1**



## **Методика занятий с детьми.**

### ***Примерные упражнения, подготавливающие к обучению технике передачи – ловля мяча.***

1. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его одной или двумя руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками.
4. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
5. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
6. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
7. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
8. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в стену и ловля его.
9. Передача мяча в шеренге и по кругу.
10. Передача мяча одной и двумя руками друг другу в паре.

### ***Упражнения подготавливающие к ведению мяча.***

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.
2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.
4. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.
5. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом.
6. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
7. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
8. Ведение мяча, остановка шагом, и передача мяча.
9. Ведение мяча вокруг себя.
10. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.

### ***Упражнения подготавливающие к броску мяча в корзину.***

1. Перебрасывание мяча через сетку натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы.
3. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
4. Бросок мяча в корзину, бросок мяча в корзину стоящую на полу, удобным для детей способом.
5. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

## **Приложение 2**

Примерные планы занятий.

### Занятие № 1

Задачи. Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.

Пособия: мячи б/б по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Подбросить мяч вверх и поймать его 5-6 раз подряд.
2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Учить следить за мячом при броске, ловить ладонями. Повторить 8-10 раз.
3. Катание мяча, наклонившись обеими руками. Упражнение выполняется всеми детьми одновременно 4-6 раз. Напомнить, что при катании мяча, следует смотреть вперед, догоняя мяч не мешать товарищу.

Вторая часть. Подвижная игра “Играй, играй мяч не теряй”.

Напоминать детям, какие можно выполнять движения с мячом. Объяснить, что после сигнала необходимо, как можно быстрее поймать мяч и держать его свободно, обеими руками на уровне груди, пальцы широко расставлены. Повторить 5-6 раз.

Третья часть. Малоподвижная игра “Будь внимателен” (3-4 минуты). Дети становятся в кружок, в середине его ведущий - учитель. Он бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные действия, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко. Напомнить детям принимать мяч.

### Занятие №2

Задачи. Учить ловли мяча, формировать навыки бросания мяча, способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости, учить дружно играть.

Пособия: Мячи б/б по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз. Перед каждым броском учитель проверяет, правильно ли дети взяли мяч и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением.
2. Игра “10 передач”. Повторить 2-3 раза. Обращать внимание на технику ловли мяча.

Вторая часть.

Подвижная игра “Обгони мяч” (6-8 минут). Целесообразно в первый раз организовать игру в медленном темпе? Чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования.

Третья часть.

Произвольная игра детей с мячом на площадке. Каждый ребенок имеет мяч. Учитель следит, чтобы дети не толкались, играли дружно, поощряет и подсказывает. Помогает некоторым детям индивидуально.

Занятие №3

Задачи. Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче и ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировке в пространстве, учить передаче мяча.

Пособие. Мячи б/б по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Ведение мяча на месте правой и левой рукой на месте по 2 минуты. Объяснить детям, что не следует толкать рукой вниз, а не бить по нему, включая работу кисти и предплечья. Пальцы рук широко расставить, вести мяч вперед и сбоку.
2. Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя по 2 минуты.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой, меняя высоту отскока мяча, направления и скорость ведения.

Вторая часть.

1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3,0 метра. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 минуты).
2. Подвижная игра «За мячом». Следить чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (8 минут).

Третья часть.

Дети становятся за линию в пять колонн, в двух – трех метрах от которой находится 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них, любым способом.

## Приложение 3

1. Подвижные игры с мячом.

«Играй, играй мяч не теряй».

Задачи. Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать физические качества мяча, формировать умение 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 учителя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

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

Методические указания. Перед игрой учитель называет движение с мячом, которое дети могут выполнять.

## 2. Игры 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 1,5-2,0 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.

«Обгони мяч»

Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Играют 2 и 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают входящих, которые имеют мяч. После сигнала учителя водящие отдают мяч игроку, стоящие справа от них, а сами бегут влево, обегают круг и становятся на свое место. Получившие мяч передают следующим справа и т.д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

«За мячом»

Задачи. Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умение ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна напротив другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. После сигнала, водящий передает мяч против стоящему в колонне игроку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т.е. за мячом. Поймавший тоже передает мяч на против стоящему и отправляется за мячом. Игра

продолжается пока все игроки не вернуться на свои места, а мячи не окажутся у водящих.

Методические указания. Дети быстрее поймут. Куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигаться вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросал мяч.

### 3. Игры для обучения ведения мяча.

#### «ЛОВЕЦ С МЯЧОМ»

Задачи. Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать четкость и справедливость.

Описание игры. Дети с мячом 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.

Методические указания. В начале обучения роль водящего выполняет учитель, а в дальнейшем учащийся, свободно управляющий мячом.

### 4. Игры с бросками мяча в корзину.

#### «Пять бросков».

Задачи. Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений, воспитывать честность и справедливость.

Описание игры. Дети располагаются на расстоянии 1,5-2,0 метра от корзины. По сигналу учителя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 мячей в корзину. Указанным способом.

### 5. Игра с ловлей, передачей и ведением мяча.

#### «МЯЧ КАПИТАНУ»

Задачи. Учить применять в игре разнообразные движения с мячом, согласовывать свои действия с действиями партнера.

Описание игры. Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке. Дети бросают мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Методические указания. Мяч можно вести, передавать товарищу по своей команде, нельзя бегать с мячом в руках.

## Литература.

1. Адашквичене Э. Й. «Баскетбол для школьников», М.: Просвещение 1983.

2. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой», М.: Педагогика 1975.
3. Зельдович Т. А., Кераминас С. А. «Подготовка юных баскетболистов», М.: Физкультура и спорт 1964
4. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. « Теория и методика физического воспитания детей школьного возраста», М.: Просвещение 1980
5. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Фурмина Л. С. «Игры и развлечения детей на воздухе», М.: Просвещение 1978
6. Пензулаева Л. И. «Физкультурные занятия с детьми», М.: Просвещение 1988
7. Кенемана А. В. «Физическая подготовка детей в школе», М.: Просвещение 1980
8. Буйлин Ю. Ф., Портных Ю. И. «Мини-баскетбол в школе»