

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 22 имени Ф.Я. Федулова»

СОГЛАСОВАНО
руководитель
школьного методического
объединения Гудкова Наталья
Николаевна
протокол от 29.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕНА
директор МБОУ «СОШ № 22»
Орсаг Юлия Витальевна
приказ от 30.08.2022 № 01-06/240

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
по курсу внеурочной деятельности спортивная секция
«Баскетбол»

(предмет, курс, внеурочная деятельность)

для 5 класса основного общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель:

Гудкова Н.Н., преподаватель-организатор основ
безопасности жизнедеятельности
педагог высшей квалификационной категории

Вологда
2022 год

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Раздел 1. Содержание курса внеурочной деятельности.....	4
Раздел 2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	5
Раздел 3. Тематическое планирование.....	7
Приложение № 1. Оценочные материалы.....	12
Приложение № 2. Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты.....	13

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5 классах.

Программа составлена на основе Положения о рабочей программе учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности) от 24.08.2022 года № 01-06/203.

Содержание программы включает 34 часа.

Данная программа реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности на уровне основного общего образования и направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в основу, которой положены личностно-ориентированный подходы. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

При реализации курса внеурочной деятельности спортивная секция «Баскетбол» школьники усваивают нормы и развивают природные задатки и навыки, способствующие их личностному самовыражению в спортивных играх; развивают коммуникативные и личностные качества.

В приложении 1 и приложении 2 к рабочей программе – оценочные материалы и методические рекомендации по использованию форм внеурочной деятельности в рамках реализации курса внеурочной деятельности спортивная секция «Баскетбол».

Раздел 1. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа курса внеурочной деятельности спортивной секции “Баскетбол” предназначена для учащихся 5 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 34 часа в год.

Формы организации внеурочного курса – групповые учебно-тренировочные занятия, групповые теоретические занятия, участие в соревнованиях, зачеты.

Виды деятельности: игровая, практическая, соревновательная, теоретическая.

5 класс (34 часа)

Основы знаний (3 часа)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу.

Передвижения и остановки без мяча (5 часов)

Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево.

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.

Скоростные рывки из различных исходных положений.

Остановки: двумя шагами, прыжком.

Прыжки, повороты вперед, назад.

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки).

Ловля и передача мяча (7 часов)

Ловля мяча:

двумя руками на уровне груди;

двумя руками «высокого» мяча (в прыжке).

Передачи мяча:

передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении;

передача мяча одной рукой от плеча;

передача мяча двумя руками сверху.

Ведение мяча (6 часов)

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении).

Ведение мяча с изменением скорости передвижения.

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении).

Ведение мяча в движении с переводом на другую руку.

Ведение мяча с изменением направления движения.

Ведение мяча с обводкой препятствий.

Броски мяча (4 часа)

Бросок мяча двумя руками от груди с места.

Бросок мяча одной рукой от плеча с места.

Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения.

Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Подвижные игры и эстафеты (7 часов)

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

Игры, развивающие физические способности.

Физическая подготовка (2 часа)

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Раздел 2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- познавательные:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- регулятивные:

определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;

проговаривать последовательность действий;

учиться работать по предложенному учителем плану;

учиться отличать верно выполненное задание от неверного;

учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

учиться организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

учиться активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- коммуникативные:

умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

слушать и понимать речь других;

совместно договариваться о правилах общения и поведения во время проведения занятий и следовать им.

учиться соблюдать правила различных подвижных игр.

К предметным результатам освоения курса относятся:

организовывать отдых и досуг с использованием разученной спортивной игры;

обобщать и углублять знаний об истории развитии баскетбола;

представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

формировать навыки здорового образа жизни;
оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
организовывать и проводить со сверстниками игры и соревнования, осуществлять их объективное судейство;
бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры в баскетбол и соревнований;
в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Раздел 3. Тематическое планирование

5 класс (34 часа)

№ п/п	Тема занятия	Основное содержание	Кол-во часов	Форма(ы) проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	История возникновения баскетбола Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу.	Рассказ об истории возникновения баскетбола. Беседа о правилах поведения при проведении занятий.	1	Групповое теоретическое занятие	https://resh.edu.ru/
2	Терминология в баскетболе.	Знакомство с терминологией игры в баскетбол. Изучение правил игры в баскетбол	1	Групповое теоретическое занятие	https://resh.edu.ru/
3	Техника выполнения игровых приемов.	Знакомство с основными техническими элементами игры. ОФП		Групповое теоретическое и практическое занятие	https://resh.edu.ru/
4	Стойка игрока (исходные положения)	Разучивание основной стойки игрока. Игра «Спиной к финишу». ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
5	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Догони мяч». ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков». ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/

7	Развитие выносливости и гибкости	Упражнения на развитие выносливости и гибкости. Игра «Запрещенное движение»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). ОФП. Игра «Салки»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
9	Игровое занятие	Подвижные игры. ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
10	Развитие силовых, скоростно-силовых и координационных способностей	Упражнения на развитие силовых, скоростно-силовых и координационных способностей. Игра «Снайпер»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
11	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Выполнение способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) в сочетании. ОФП. Игра «Колдуны»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
12	Эстафеты с различными способами перемещений.	Эстафеты с различными способами перемещений. ОФП. Игра «Запрещенное движение»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
13	Передача мяча двумя руками сверху	Передача мяча двумя руками сверху. ОФП. Игра «Художник»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
14	Передача мяча одной рукой от плеча	Передача мяча одной рукой от плеча.	1	Групповое учебно-	https://resh.edu.ru/

		ОФП. Игра «Третий лишний»		тренировочное занятие	
15	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ловля мяча на уровне груди.	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. ОФП. Игра «Не урони мяч»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
16	Передача мяча снизу. Ловля двумя руками «высокого» мяча (в прыжке).	Передача мяча снизу. Ловля двумя руками «высокого» мяча (в прыжке). ОФП. Игра «Передачи в движении»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
17	Игровое занятие	Эстафеты с передачей баскетбольного мяча. Игры «Передал-садись», «10 передач»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
18	Бросок мяча двумя руками от груди с места.	Броски в кольцо двумя руками от груди с отражением от щита. ОФП. Игра «Мяч в кольцо».	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
19	Бросок мяча одной рукой от плеча с места	Бросок мяча одной рукой от плеча с места. ОФП. Игра «Мяч Капитану».	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
20	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. ОФП. Игра «Вызов номеров»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
21	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	Разучивание комбинации: ведение мяча, остановка прыжком на две	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/

		ноги, бросок мяча в кольцо от щита. ОФП. Эстафеты.			
22	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	Разучивание комбинации: ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита. ОФП. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
23	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	Отработка ведения мяча в движении с последующим броском в кольцо (сбоку и по центру). ОФП. Игра «Охотники и утки»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
24	Игровое занятие.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
25	Ведение мяча с разной высотой отскока	Ведение мяча с разной высотой отскока. ОФП. Эстафеты с ведением мяча.	1	Групповое учебно-тренировочное занятие; зачет	https://resh.edu.ru/
26	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. ОФП.	1	Групповое учебно-тренировочное занятие; зачет	https://resh.edu.ru/
27	Броски мяча одной рукой от плеча с места	Отработка бросков мяча одной рукой от плеча с места. Игра «Минус 5»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие; зачет	https://resh.edu.ru/
28	Игровое занятие	Разучивание игры «33». ОФП	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
29	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением. ОФП. Игра	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/

		«Часовые и разведчики»			
30	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением. ОФП. Игра «За мячом»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
31	Бросок мяча после остановки	Отработка бросков мяча после остановки. ОФП. Игра «Мяч капитану»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
32	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением	Отработка бросков мяча после ведения два шага с сопротивлением. ОФП. Игра «Пять бросков»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
33	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением	Отработка бросков мяча после ловли и ведения с сопротивлением. ОФП. Игра «10 передач»	1	Групповое учебно-тренировочное занятие	https://resh.edu.ru/
34	Учебная игра мини-баскетбол.	Учебная игра мини-баскетбол в форме соревнования (3Х3)	1	Соревнование	https://resh.edu.ru/
	Итого		34		

Оценочные материалы

По итогам реализации внеурочного курса спортивная секция «Баскетбол» проводятся зачетные практические занятия.

Одним из главных показателей результативности является участие в различных внутренних, городских, районных и иного уровня мероприятиях.

Формой оценки является выполнение зачетных упражнений по физической, технической и тактической подготовке. По теоретической подготовке знания проверяются собеседованием.

Настоящие учебные нормативы предполагаются для использования в практической работе по спортивной игре «Баскетбол» с целью проверки уровня овладения навыками баскетбола.

1. Проверка навыка ведения мяча с изменением направления движения, скорости и высоты отскока мяча (время в секундах).

классы	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
5	11.0	10.0	9.5	12.0	11.0	10.5

Это упражнение проводится по методике В.И. Ляха. По сигналу учителя ученик выполняет ведение мяча змейкой между тремя стойками (от линии старта до третьей стойки и обратно). Расстояние от линии старта до первой стойки и между стойками 3 метра. Кроме времени учитывается также правильность выполнения с точки зрения правил баскетбола. В 5 классе, при этом, к ученикам предъявляется требование выполнять ведение поочередно то правой то левой рукой, в зависимости от положения ученика по отношению к стойке.

2. Проверка навыка броска в кольцо с места (на точность).

Оценивается по количеству попаданий из 5 бросков. (5 классы из 6 бросков).

классы	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
5	1 раз	2 раза	3 раза	0 раз	1 раз	2 раза

Для выполнения упражнения нужно определить место, откуда будут сделаны броски. Для этого отмеряется необходимое расстояние от точки проекции центра баскетбольного кольца на пол. 5 класс выполняет броски с расстояния 1 метр. Непременное условие – броски выполнять сбоку от кольца с обязательным отскоком от щита в кольцо. Так формируется «школа бросков» в кольцо.

3. Проверка навыка ловли и передачи мяча (время в секундах).

классы	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
5	20.0	16.0	15.0	22.0	18.0	17.5

Упражнение выполняется так: стоя в 2,5 м от ровной стены, ученик выполняет 10 быстрых передач в стену на время. Чтобы ученики не двигались вперед, желательно поставить какое-либо невысокое (до 60-70 см) препятствие.

Приложение 2

Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты

В учебно-тренировочном процессе по баскетболу подвижные игры, соревновательно – игровые задания и эстафеты применяются для закрепления технических приёмов и тактических действий. Они могут быть включены в подготовительную часть занятия как продолжение разминки и в конце основной части занятия. Выбор подвижных игр зависит от материально-технической оснащённости учебного процесса (спортивный зал, стадион, пришкольная спортивная площадка, инвентарь), возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий

Игры с перемещениями игроков

«Спиной к финишу». Игроки построены в одну шеренгу за лицевой линией, спиной к финишу. Интервал между ними 4—5 м. По сигналу игроки бегут 18 м спиной вперёд (до противоположной лицевой линии). Побеждает игрок, который первым пересечёт линию финиша.

«Бег с кувырками». Команды построены в колонну по одному за лицевой линией площадки (линия старта- финиша). На расстоянии 9 м перед командами кладут по гимнастическому мату. По сигналу первые игроки команд бегут до гимнастического мата, выполняют кувырок вперёд и продолжают бег до противоположной лицевой линии. Заступив одной ногой за линию, игроки возвращаются спиной вперёд, выполняют на мате кувырок назад и продолжают бег спиной вперёд до линии старта-финиша. Победитель приносит своей команде 1 очко. Следующие игроки выполняют то же задание. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».

Предварительно на обеих половинах волейбольной площадки устанавливают по три кубика (можно кегли) на линиях разметки: два на пересечении линии нападения и боковых линий (по одному с каждой стороны) и один в центре на средней линии. В эстафете принимают участие две команды по шесть человек, которые располагаются на противоположных лицевых линиях. По сигналу первые участники от каждой команды, добежав до пересечения линии нападения с боковой линией (на своей стороне площадки), берут в руки кубик, бегут обратно и ставят его на лицевую линию. Затем то же действие выполняют со вторым кубиком, находящимся на противоположной стороне от первого кубика. После чего устремляются к средней линии, берут третий кубик, возвращаются назад и передают его второму участнику своей команды. Тот в свою очередь выполняет это же задание, только в обратной последовательности и т. д. Выигрывает команда, последний участник которой первым закончит перенос и установку кубиков в исходное (до игры) положение.

Игры с передачами мяча

1. Игровое задание «Художник». Передачами мяча сверху обозначить на стене какую-либо геометрическую фигуру, букву или цифру.

4. «Не урони мяч». Игроки делятся на пары и располагаются на расстоянии 4 м друг от друга. У каждой пары — волейбольный мяч. По сигналу начинают встречную произвольную передачу мяча в парах. Пара, поймавшая или уронившая мяч, садится на скамейку. Последняя пара, оставшаяся на площадке, объявляется победителем. Игру можно проводить по командам, сформировав их из определённого количества пар.

5. «Передачи в движении». Игроки в парах на расстоянии 4 м друг от друга из-за лицевой линии начинают передачи мяча двумя руками в движении, перемещаясь боком к противоположной линии и обратно. Побеждает та пара, которая допустила меньше потерь мяча.

9. Эстафета с передачей баскетбольного мяча. Две - три команды с равным количеством игроков располагаются во встречных колоннах на расстоянии 7—8 м по сигналу первые игроки колонн ударяют баскетбольным мячом об пол, а сами перемещаются в конец встречных колонн. Первые игроки встречных колонн выбегают вперёд, принимают отскочивший от пола мяч, передают его двумя руками сверху (или снизу) в обратном направлении на второго игрока и перемещаются в конец противоположной колонны, второй также ударяет мячом об пол, а затем перемещается в конец встречной колонны и т. д. Игра проводится на время. Побеждает команда, допустившая меньшее количество ошибок.

10. Эстафета «Передал — садись». Две колонны на расстоянии 3—4 м одна от другой, расстояние между игроками — длина рук, положенных на плечи. Перед колоннами на расстоянии 5—6 м — круги, в которые встают с баскетбольными мячами капитаны команд. По сигналу игроки в кругах передают мяч первым игрокам в колоннах, те возвращают мяч обратно и сразу принимают упор присев. Далее такие же действия совершает второй, третий игрок и т. д. Когда последний в команде игрок отдаёт капитану мяч, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встаёт. Побеждает команда, закончившая передачи раньше других.

12. Эстафета «Забрось мяч в кольцо» Цель: совершенствование техники ведения мяча и броска мяча в корзину. Инвентарь и оборудование: баскетбольные мячи. Подготовка: играющие делятся на две команды и выстраиваются в центре зала параллельно, каждая команда лицом к кольцу.

Описание игры: по сигналу игроки разных команд добегают каждый к своему кольцу, стараясь забросить мяч в кольцо и возвращаются в свою команду. Передают мяч следующему игроку, а сами встают в конец колонны.

Правила игры: играют до тех пор, пока все игроки не выполнят задание. Выигрывает команда, у которой больше попаданий в кольцо.

13. «Охотники и утки» Цель: развитие точности движений, ловкости и быстроты реакции. Количество игроков — 10—20. Инвентарь: баскетбольные мячи. Инструкция. Играющие делятся на две команды — «охотников» и «уток». «Охотники» становятся по кругу за чертой, а «утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу «охотники» стараются запятнать «уток» мячом. Они, бегая и прыгая внутри круга, увертываются от мяча. «Подстреленная утка» выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «убиты» все «утки». Затем команды меняются ролями. Выигрывает команда «охотников», которая быстрее запятнала всех «уток».

Методические указания. Игра большой интенсивности. Необходимо следить за тем, чтобы играющие не переутомились.

15. "Часовые и разведчики" Подготовка. Играющие делятся на две команды - "разведчиков" и "часовых" - и выстраиваются вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 18-20 м одна от другой. В трёх шагах перед шеренгами проводится линия, а в середине в очерченный кружок кладётся волейбольный мяч.

Содержание игры. Игроки в командах рассчитываются по порядку номеров. Задача команды "разведчиков" - унести мяч за свою линию, задача игроков другой команды - воспрепятствовать этому. Учитель громко называет номер, и игроки, стоящие напротив (имеющие этот номер), подбегают к мячу. Если "часовой" зазевался, "разведчик" хватается мяч и убегает с ним в свой дом, а "часовой" идёт в плен, становится за спиной "разведчика". Если же оба игрока одновременно выбегают на середину, то задача "разведчика" заключается в том, чтобы, выполнив ряд отвлекающих упражнений (движения руками, прыжки на месте и с поворотом, выпады и т.п.), отвлечь внимание "часового" (он повторяет вслед за "разведчиком" эти движения) и унести мяч. Если "разведчик" схватил мяч, но "часовой" настиг его и осалил рукой, пленным становится "разведчик", в противном случае он выигрывает поединок. Игра продолжается до тех пор, пока все номера не примут участия в игре. Пленные подсчитываются и отпускаются в свои команды. Игра повторяется, игроки при этом меняются ролями. Побеждает та команда, которая сумела взять больше пленников.

Правила игры: 1. "Часовой" обязан повторить все движения "разведчика", иначе он проигрывает. 2. Преследовать убегающего игрока можно только до черты его дома. 3. Игрок, уронивший мяч, считается пойманным. 4. Каждый раз мяч ставит на место "разведчик".

16. «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.

Игры с передачей, ловлей мяча

17. «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.

18. «Обгони мяч». Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала воспитателя водящие отдают мяч игроку, стоящему справа от них, а сами бегут влево, оббегают 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.

19. «За мячом». Задачи. Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умения ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна против другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч.

После сигнала водящий передает мяч против стоящему в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мечом. 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 передвигать вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросали мяч.

Игры для обучения ведению мяча.

20. «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.

Игры с бросками мяча в корзину.

21. «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 метра от корзины. По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом. Игры с ловлей, передачей и ведением мяча.

22. «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 игре, нельзя бежать с ним.