

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 8 «Рябинка»
города Котовска Тамбовской области**

**Конспект НОД
по физической культуре
«Обучение дошкольников элементам
баскетбола»**

**Подготовила:
воспитатель Акимова Т. С.**

Цель: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением различных заданий с мячом.

- Закреплять умение передавать, ловить мяч двумя руками от груди, из-за головы, снизу; развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.
- Продолжать учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой.
- Учить детей бросать мяч в корзину после ведения с фиксацией остановки двумя руками из-за головы, от плеча.
- Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал в малоподвижной игре «Будь внимателен».
- Развивать у детей физические качества: быстроту, силу, выносливость. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать ловкость, внимание.
- Воспитывать у детей выдержку, целеустремленность, настойчивость, умение проявлять волевые и физические усилия.
- Формировать у детей стремление достигать положительных результатов.
- Совершенствовать знания о безопасном поведении на физкультурных занятиях; учить детей страховке. · Формировать интерес к физкультурно-спортивной деятельности.

Оборудование.

- Мячи баскетбольные (по количеству детей).
- Баскетбольная корзина.
- Цветные ленты (по количеству детей).

Ход НОД:

Построение в шеренгу.

Перестроение в колонну по одному.

Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий с мячом:

- бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками (6-8 раз);
 - бросание мяча вверх и ловля его после хлопка двумя руками (6-8 раз);
 - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками после отскока от пола (6 раз);
 - ведение мяча, ударяя по нему ладонью то левой, то правой руки (10-12 раз).
- Бег в колонне по одному. Боковой галоп. Бег спиной вперед. Ходьба.

Перестроение в 2 колонны.

1. Общеразвивающие упражнения.

а) «Мельница». И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 1-4-делать вращательные движения прямых рук в боковой плоскости; 5-8- то же, но в обратную сторону - пауза. Голову не опускать (6 раз).

б) «Боксеры». И.п.: ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулаки, согнуты в локтях. Удары с поворотом по воображаемой «груше». 1-2-короткий и длинный удары кулаком правой руки; 3-4- то же кулаком левой руки. Пауза (8-12 раз).

в) «Хлопки». И.п.: ноги сомкнуты, руки за спину. 1 - руки дугами через стороны вверх, хлопок над головой; 2-3 наклон вниз, приближая голову к ногам, хлопок за ними; 4- и.п. (8 раз).

г) «Пружинки с приседом». И.п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1-2-2 пружинки, руки на поясе; 3-глубокий присед, руки вытянуты вперед; 4- вернуться в и.п. (6-8 раз).

д) «Сесть и встать». И.п.: стоя на коленях. 1-2 –сесть на пол справа (слева), не помогая руками; 3-4- и.п. Сохранять устойчивое положение (6 раз).

е) «Ножницы». И.п.: сидя, ноги вперед, руки в упоре сзади. Разводить и сводить прямые ноги, носки оттянуты, вернуться в и.п., расслабиться. То же, ноги попеременно вверх-вниз (6-8 раз). Голову не опускать.

ж) «Футбол». И.п.: лежа на спине, колени подтянуть к животу. Бить то правой, то левой ногой по воображаемому мячу, потом двумя ногами сразу. Через 8-10 движений – пауза (8 раз).

з) «Подскоки». И.п.: ноги вместе, руки вниз. 10 подскоков на месте, поворот на 90 градусов (4 раза), затем ходьба. (3-4 раза). Увеличить продолжительность ходьбы в замедленном темпе.

и) «Насос» (дыхательное упражнение). И.п.: ноги врозь, руки на пояс. 1-2-наклон вправо, правая рука скользит по туловищу вниз, левая - вверх до подмышки; 3-4 и.п. То же в другую сторону. Во время наклона говорить «ш-ш-ш». Повторить 5 раз.

2. Основные движения.

1. Ведение мяча правой и левой рукой в парах (до партнёра правой рукой, а обратно левой). (5-6 раз).

2. Перебрасывание мяча в парах от груди, из-за головы, снизу. Игровое упражнение «Поймай мяч». Играющие распределяются на тройки. Двое встают на расстояние 2,5 м друг от друга и перебрасывают мяч, а третий находится между ними и старается коснуться или поймать его. Если водящий дотронется до мяча или поймает его, то меняется местами с проигравшим и игра продолжается. (Дети распределяются так, чтобы по росту и двигательными возможностями они были примерно равны) (12-15 раз)

3. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, о плеча после ведения с фиксацией остановки. (10-12 раз).

3. Подвижная игра.

«Ловушка, бери ленту». Дети становятся в круг. У каждого из них цветная ленточка, заправленная за пояс. В центре круга – ловишка. По сигналу воспитателя: «Лови!»- дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стремясь взять у кого-нибудь из них ленточку. Ребенок, лишившийся ленточки, временно отходит в сторону. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – в круг скорей беги!» - все строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра продолжается с новым ловишкой (3 раза).
Корректирующие упражнения (2 мин.) · Руки на поясе. Ходьба на носках. · Руки за головой. Ходьба на пятках, на внешней стороне стопы, на внутренней.

Игра малой подвижности «Будь внимателен» (3-4 мин). Дети стоят в кругу, в середине его ведущий – воспитатель. Он бросает мяч любому ребенку, применяя обманные действия (из разных позиций: из-за головы, от плеча, снизу, с отскоком от пола), и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч, получает штрафное очко или выполняет задание.

Литература.

1. Буцинская П.П., «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М., Просвещение, 1990.
2. Пензулаева Л.И., «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет», М., Просвещение, 1988.
3. Хухлаева Д.В., «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М., Просвещение, 1976.