

Краткая презентация дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Юный баскетболист»

Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу. Программа предусматривает как индивидуальное умение владеть мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками. Большая часть упражнений в баскетболе выполняется не индивидуально, а в парах, тройках.

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет). Программа рассчитана на два года обучения. 1 год обучения – 32 часа в год, 2 год обучения – 32 часа в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю, во второй половине дня, продолжительностью: 25 минут (для детей 5-6 лет), 30 минут (для детей 6-7 лет).

Цель программы: создание условий для воспитания интереса к игре в баскетбол; укрепление здоровья детей дошкольного возраста путем повышения физиологической активности органов и систем в сочетании с другими формами и средствами оздоровления в дошкольном образовательном учреждении.

Задачи программы:

1. Укреплять здоровье детей;
2. Учить детей разнообразным действиям с мячом (ловля и передача мяча, ведение мяча, броски мяча в корзину) и применять их в разных игровых ситуациях;
3. Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, формировать навыки выполнения правил игры в баскетбол;
4. Развивать физические качества: выносливость, скоростно-силовые качества, быстроту, координацию движений, ориентировку в пространстве;
5. Воспитывать интерес к игровой деятельности, смелость, решительность.

По окончании реализации Программы проводится мониторинг физической подготовленности к игре в баскетбол.

К Программе прилагается диагностика для оценки физической подготовленности к игре в баскетбол.