

Бояркина Алена Евгеньевна

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №10»

г. Иркутск, Иркутская область

ЭЛЕМЕНТЫ КОМАНДНО-ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье рассмотрены применение элементов командно-игровых видов спорта, а конкретно баскетбола, как средство физического воспитания детей дошкольного возраста в образовательной организации. Автором подробно рассмотрена физическая деятельность дошкольника при игре в баскетбол.

Ключевые слова: баскетбол, дошкольный возраст, технические действия, физическое воспитание.

Командно-игровые виды спорта – это совокупность видов спорта, предусматривающих соревнования между двумя командами спортсменов.

К командно-игровым видам спорта относят баскетбол, футбол, хоккей, волейбол, водное поло, гандбол, пляжный волейбол.

Баскетбол – это игра, которая направлена на укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций развивающегося организма, его закаливание, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе. Обучение элементам игры в баскетбол решает задачи физического воспитания и частично задачи умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания [4, с. 44].

В баскетболе создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Игра в баскетбол приучает детей преодолевать эгоистические побуждения, воспитывает выдержку. Ребёнок в процессе игры проявляет лидерские качества, имеет возможность испытать свои

силы и убедиться в успешности действий. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре [2, с. 13].

В дошкольном возрасте закладывается база крепкого здоровья, гармоничного, нравственного, умственного и физического развития. Организм ребенка в этот период быстро растет и развивается. Занятие физической культурой и спортом, а также оздоровление детей являются неотъемлемой частью воспитания и развития здоровых детей.

В период с 5–7 годов жизни ребенка в его организме существенно прибывает мышечная сила, развивается координация движений. Сформировавшиеся ранее умения превращаются в навыки. Ребёнок 5–7 лет способен различать направление, амплитуду, скорость и ритм движения, изменять характер движения. В этот период развития создаются все возможности для систематического обучения основным элементам техники физических упражнений.

Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. В игре, как правило, реализуются основные части содержания многих образовательных областей.

Во время игры с элементами баскетбола дети не только бросают и ловят мяч, забрасывают его в корзину, но и выполняют ходьбу, бег и прыжки. Движения выполняются в изменяющейся обстановке.

При игре в баскетбол развиваются скоростные, скоростно-силовые и координационные способности, гибкость и выносливость. Игра в баскетбол развивает память, внимание, интеллектуальные способности, формирует волевые и нравственные качества.

Не стоит начинать обучать детей с освоения техники игры. Обучение детей начинается с формирования умений обращаться с мячом, выполнять различные двигательные действия с мячом.

В начале обучения нужно добиться, чтобы детям нравились занятия с мячом, чтобы они после игры оставались довольными и ждали следующего занятия.

Спустя некоторое время детей нужно учить правильно держать мяч, научить правильной стойке баскетболиста. Затем учить ловле, передаче и передвижениям. С первых занятий следить и корректировать технику выполнения передачи и броска в кольцо.

Не стоит забывать и о ведении мяча, ведь это наиболее важное действие в баскетболе. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке [1, с. 8].

При обучении броскам в кольцо следует остановиться на способах двумя руками от груди и одной рукой от груди.

Обучение баскетболу отвечает всем требованиям психомоторного развития дошкольников.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья [3, с. 24].

Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. – М.: Просвещение, 1983. – 79 с.
2. Зельдович Т.А. Подготовка юных баскетболистов / Т.А. Зельдович, С.А. Кераминас. – М., 2006. – 114 с.
3. Костикова Л.В. Азбука баскетбола. – М.: Физическая культура и спорт, 2001.
4. Линдеберг Ф. Баскетбол. Игра и обучение. – М., 2010. – 95 с.