Спортивный кружок «Школа мяча»

Возраст: 4-6 лет

Мяч – это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Занимаясь с мячами различного веса и объема, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение. При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним.

Преподаватель

Педагог с высшим педагогическим профессиональным образованием, имеющий первую квалификационную категорию Шишкина Алена Николаевна

Цель программы

Ознакомление детей со спортивными играми, закладывание основ техники игр. Знакомство с различными видами спорта, историей их возникновения. В процессе этой работы формируется интерес, желание заниматься спортом, прививаются навыки здорового образа жизни.

Результат программы

Знание спортивных игр. Достижение стабильных, качественных показателей в области усвоения двигательных умений и навыков владения мячом. Улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры. Овладение технико-тактическими действиями с мячом:

передача мяча, ведение мяча и забрасывание мяча в баскетбольное кольцо, катание и бросание мяча руками, отбивание, метание, прокатывание мяча ногами. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.