

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
МОСКОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

«Принята» на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «31» августа 2022 г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО «ДДЮТиЭ»
А.А. Рубинский
приказ № 126а от «01» сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

1 год обучения

Возраст учащихся: от 12 до 17 лет.

Автор-составитель:
Шихапов Руслан Ринатович
педагог дополнительного образования

Казань 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовые основания:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 28.01.2022 № 1068/22 «О направлении рекомендаций (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции)»;
- Положение по проектированию и утверждению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;
- Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, ФИРО Москва 2015 г.

- Устав МБУДО «ДДЮТиЭ», локальные акты.

Программа типовая, адаптирована для учреждений дополнительного образования, разработана на основе программы по баскетболу

Уровень освоения: общекультурный

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы: Программа направлена на то, чтобы не только познакомить учащихся с основами баскетбола, но и на поэтапное овладение данным видом спорта, т. е. на поступательное развитие от начинающего игрока до уровня игрока юношеской спортивной школы.

Педагогическая целесообразность. Баскетбол - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности учащихся, укрепление здоровья, организация содержательного досуга, овладение основами баскетбола и в дальнейшем навыками и умениями осознанной игры в баскетбол.

Задачи:

Оздоровительные:

- укрепление здоровья;
- разносторонняя физическая подготовка (развитие физических качеств);
- повышение работоспособности организма;

Образовательные:

- обучение основам баскетбола(понимание игры в баскетбол);
- овладение двигательными действиями и навыками (бег, прыжки, остановки, повороты и др.);
- основы знаний по правилам поведения на занятиях, личной гигиене и др.

Воспитательные:

- формирование потребности к занятиям физической культурой
- формирование личностных качеств (самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, решительность, самодисциплина).
- воспитание коллективизма.

Отличительные особенности программы: данная программа адаптирована для учреждения дополнительного образования и призвана занять данным видом деятельности всех детей, которые заинтересовались данным видом спорта.

Адресат программы: учащиеся с 12-17 лет. Именно в этом возрасте каждый ребенок должен научиться объективно оценивать возникающие ситуации, сохранять самообладание, принимать решения и доказывать преимущества по сравнению с другими предложениями, а, следовательно, этот вид спорта развивает одно из самых главных качеств личности, формирующих успешного взрослого человека, – командное и личное умение противостоять соперникам на площадке помощью технических и тактических действий. В баскетболе перед ребенком и командой ставится цель, и они должны принять ряд решений для ее достижения, часто креативных, нестандартных.

Объем и срок освоения программы – 2 года обучения, 4 часа в неделю, 144 часов в год.

Сроки и формы промежуточной аттестации:

Формами подведения итогов реализации программы служат:

- а) показательные игры внутри коллектива
- б) внутришкольные соревнования (первенство школы)
- в) товарищеские матчи между классами в выбранной параллели
- г) районное первенство по баскетболу
- д) фотоотчеты о деятельности и достижениях коллектива

Формы обучения:

- объяснение и показ педагога,
- учебные игры под руководством педагога,
- внутришкольные и районные соревнования,
- посещение и дальнейший анализ соревнований различного уровня.

Основные задачи, стоящие перед учебными группами (первый год занятий):

- привитие интереса к занятиям спортивными играми и воспитание спортивного трудолюбия;
- укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка;
- развитие быстроты, силы, выносливости, ловкости;
- изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- ознакомление с некоторыми теоретическими сведениями влияния физических упражнений на организм занимающихся и о спортивных играх;
- приобретение опыта участия в соревнованиях.

Ожидаемые результаты

В конце обучения по данной программе учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности и поведения во время занятий в секции
- правила игры, значение и обозначения разметки на площадке, жесты судьи
- основные технические приемы и тактические действия во время игры

Учащиеся должны уметь:

- выполнять основные технические приемы в нападении и защите
- выполнять основные стойки, передвижения, остановки, повороты
- выполнять тактические действия в нападении (индивидуальные, групповые, командные)
- выполнять тактические действия в защите (личная, зонная, смешанная защиты)

Для достижения цели образовательной программы предусматривается:

1. Привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развития их личности через спортивную деятельность;
2. Проведение физкультурно-оздоровительной работы среди детей и подростков, направленную на укрепление их здоровья и всестороннего физического развития;
3. Обеспечение учащихся необходимыми условиями для личностного развития, укрепления здоровья;
4. Оказание всесторонней помощи образовательным школам в организации внеклассной и внешкольной работы по физической культуре и спорту;
5. Внедрение в практику работы изучения опыта лучших педагогических и тренерских кадров, лучших коллективов спортивных школ и детских оздоровительных центров.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Формы проведения занятий

Объяснение и показ педагога, учебные игры под руководством педагога, внутришкольные соревнования, посещение и дальнейший анализ соревнований различного уровня.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса

Словесные, наглядные, работа под руководством педагога, практические, метод поощрения.

Дидактический материал

Видеозаписи игр профессиональных спортсменов.

Техническое оснащение занятий

Спортивный зал, оснащенный для игры в баскетбол,

- баскетбольные мячи (не менее 15 штук),
- щиты с кольцами (2 комплекта),
- щиты тренировочные с кольцами (4 шт.),
- напольные стойки (не менее 15 штук),
- гимнастическая стенка (6 пролетов),
- гимнастические маты (10шт),
- скакалки (15шт),
- насос ручной со штуцером (1шт).

Формы подведения итогов

Участие во внутришкольных и районных соревнованиях.

**Календарный учебный график
1-й год обучения**

| № п/п | Месяц | число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол- во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
|----------|----------|-----------|--------------------------------|--|---------------------|--|------------------------|---------------------|
| | | Гр. 20 | | | | | | |
| 1. | Сентябрь | 1 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Вводное занятие. История развития баскетбола в нашей стране и в мире. Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения во время занятий в секции. | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 2. | Сентябрь | 5 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 3. | Сентябрь | 8 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Техника передачи одной рукой от плеча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 4. | Сентябрь | 12 | по расписанию | Практическое | 2 | Передачи двумя руками над головой | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 5. | Сентябрь | 15 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника передач двумя руками в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 6. | Сентябрь | 19 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Броски после ведения мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 7. | Сентябрь | 22 | по расписанию | Практическое занятие. | 2 | Техника поворотам в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 8. | Сентябрь | 26 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Техника ловли мяча, отскочившего от щита | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 9. | Сентябрь | 29 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника броска в движении после ловли мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 10. | Октябрь | 3 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Закрепление техники броскам в прыжке с места | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |

| | | | | | | | | |
|-----|---------|----|---------------|----------------------|---|--|---------------------|------------------|
| 11. | Октябрь | 6 | По расписанию | Практическое | 2 | Передачи одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | Лицей №182 Спортзал | Текущий Контроль |
| 12. | Октябрь | 10 | по расписанию | Практическое | 2 | Передачи на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 13. | Октябрь | 13 | по расписанию | Учётное занятие. | 2 | Учет по технической подготовке | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 14. | Октябрь | 17 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 15. | Октябрь | 20 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Ведение и передач в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 16. | Октябрь | 24 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 17. | Октябрь | 27 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Отвлекающие действия на передачу с последующим проходом | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 18. | Октябрь | 31 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Техника отвлекающих действий на бросок | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 19. | Ноябрь | 3 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 20. | Ноябрь | 7 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Выбивание мяча после ведения | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 21. | Ноябрь | 10 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 22. | Ноябрь | 14 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Выбивание мяча при ведении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 23. | Ноябрь | 17 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи одной рукой с поворотом | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 24. | Ноябрь | 21 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Прием нормативов по технической подготовке | Лицей №182 Спортзал | Сдача нормативов |
| 25. | Ноябрь | 24 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи в движении в парах | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 26. | Ноябрь | 28 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи в тройках в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 27. | Декабрь | 1 | по расписанию | Практическое | 2 | Передачи в тройках в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |

| | | | | | | | | |
|-----|---------|----|---------------|----------------------------------|---|---|---------------------|------------------|
| 28. | Декабрь | 5 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи мяча в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 29. | Декабрь | 8 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Борьба за мяч, отскочившего от щита | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 30. | Декабрь | 12 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Закрепление техники передач мяча | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 31. | Декабрь | 15 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 32. | Декабрь | 19 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Передачи в движении, нападение через центрального игрока | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 33. | Декабрь | 22 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 34. | Декабрь | 26 | по расписанию | Учётное занятие | 2 | Прием нормативов по технической подготовке | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 35. | Декабрь | 29 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Техника передач. Разучивание нападения «тройкой» | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 36. | Январь | 9 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 37. | Январь | 12 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Нападение через центрального, заслоны. | Лицей №182 Спортзал | Сдача нормативов |
| 38. | Январь | 16 | по расписанию | Практическое | 2 | Комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 39. | Январь | 19 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 40. | Январь | 23 | по расписанию | Ознакомление с новым материалом. | 2 | Техника и тактика в игре, бросков | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 41. | Январь | 26 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление техники и тактики в игре, бросков | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 42. | Январь | 30 | по расписанию | Учетное занятие | 2 | Прием нормативов по ОФП | Лицей №182 Спортзал | Сдача нормативов |

| | | | | | | | | |
|-----|---------|----|---------------|----------------------|---|---|---------------------|------------------|
| 43. | Февраль | 2 | по расписанию | Учебно-тренировочное | 2 | Быстрый прорыв, заслон центровым игроком, техника игры | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 44. | Февраль | 6 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры | Лицей №182 Спортзал | Сдача нормативов |
| 45. | Февраль | 9 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 46. | Февраль | 13 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 47. | Февраль | 16 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом под щит, передачи через центрального игрока | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 48. | Февраль | 20 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом под щит, передачи через центрального игрока | Лицей №182 Спортзал | Этапный контроль |
| 49. | Февраль | 27 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 50. | Март | 2 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 51. | Март | 6 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 52. | Март | 9 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 53. | Март | 13 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника высоко летящего мяча ловля одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 54. | Март | 16 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника ловли высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 55. | Март | 20 | по расписанию | Практическое | 2 | Передачи на максимальной скорости, нападение двумя центрами | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 56. | Март | 23 | по расписанию | Практическое | 2 | Передачи на максимальной скорости, нападение двумя центрами | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 57. | Март | 27 | по расписанию | Учётное занятие. | 2 | Закрепление пройденного материала, учебная игра | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 58. | Март | 30 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление пройденного материала, учебная игра. | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |

| | | | | | | | | |
|-----|--------|----|---------------|------------------|------------|---|---------------------|------------------------|
| 59. | Апрель | 3 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 60. | Апрель | 6 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление техники ведения на максимальной скорости | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 61. | Апрель | 10 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 62. | Апрель | 13 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление техники добивания мяча в корзину | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 63. | Апрель | 17 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 64. | Апрель | 20 | по расписанию | Практическое | 2 | Техника бросков и передач в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 65. | Апрель | 24 | по расписанию | Практическое | 2 | Ведение мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 66. | апрель | 27 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 67. | Май | 4 | по расписанию | Практическое | 2 | Броски мяча в движении | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 68. | Май | 11 | по расписанию | Учетное занятие. | 2 | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | Лицей №182 Спортзал | Сдача нормативов |
| 69. | Май | 15 | по расписанию | Практическое | 2 | Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 70. | Май | 18 | по расписанию | Практическое | 2 | Совершенствование в технических приемах | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 71. | Май | 22 | по расписанию | Практическое | 2 | Овладение игрой в комплексе, развитие психомоторных способностей | Лицей №182 Спортзал | Текущий контроль |
| 72. | Май | 25 | По расписанию | Учетное занятие. | 2 | Вопросы по правилам баскетбола | Лицей №182 Спортзал | Промежуточный контроль |
| | | | Итого | | 144 | | | |

Нормативы технической подготовки. 1-й год обучения

| Уровень освоения | Штрафные броски | Броски с дистанции | Скоростная техника | Передачи мяча в стену на скорость |
|------------------|-----------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------|
| высокий | 10 | 9 | 20 | 18 |
| средний | 8 | 7 | 23 | 16 |
| низкий | 7 | 5 | 25 | 12 |

Штрафные броски выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции выполняются последовательно от десяти равно удаленных точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45° и 90° к щиту. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3-секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

Передача мяча в стену на скорость. Встать на расстоянии 2-3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

Список литературы:

1. Баландин, Г. А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А. Баландин, Н. Н. Назарова, Т. Н. Казакова. – М. : Советский спорт, 2002.
2. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
3. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997 г.
4. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
5. Ковалько, В. И. Индивидуальная тренировка / В. И. Ковалько. - М. : Советский спорт, 1960.
6. Коузи, Б. Баскетбол. Концепции и анализ / Б. Коузи, Ф. Пауэр.-М. : ФиС, 1975.
7. Кудряшов В.П., МирошниковаТ.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
8. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
9. Кузнецов, В. С. Упражнения и игры с мячами / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
11. Литвинов, Е. Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г. И. Погадаев. - М. : Просвещение. 1999
12. Мейксон, Г. Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г. Б. Мейксон, Л. Е. Любомирский, Л. Б. Кофман, В. И. Лях. - М. : Просвещение, 1998
13. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004 г.
14. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000 г.
15. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
16. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002 г
17. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.