

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 104»

«Согласовано»	«Утверждаю»
Заместитель директора По ВР МБОУ Школы № 104 _____ Г.В.Кулакова « » _____ 2024г.	Директор МБОУ Школы № 104 _____ Д.Ю. Зайцев от« » _____ 2024г.

Рабочая программа

"Баскетбол"

Направленность: физкультурно - спортивная
Возраст обучающихся: 5-11 классы (10-17 лет).

Автор:
педагог дополнительного образования
Костин Дмитрий Валерьевич

п. Подгорный ЗАТО Железногорск Красноярский край

Пояснительная записка:

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Национальный проект «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 03.09.2018 №10,
- Приказ от 27 июля 2022 г. №629 об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам,
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р,
- Письмо Минобрнауки России от 16.11.2015 г. №09-3242 с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы),
- Примерная программа воспитания, 2020, ФИРСО,
- Приказ Министерства образования Красноярского края от 30.12.2021 № 746-11-05 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Красноярском крае,
- Устав образовательного учреждения.

Направленность программы:

Направленность программы физкультурно-спортивная. По уровню освоения программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Актуальность и новизна программы:

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Баскетбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному

самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Баскетбол— командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому Баскетбол — это еще и возможностьвыработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств. Баскетбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды.

Баскетбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Направленность, повышают уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Адресат программы

Обучающиеся 5-11 классов (10 - 17 лет) с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача), заинтересованные заниматься спортом. Наполняемость – весь класс.

Срок реализации программы и объем учебных часов:

Программа рассчитана на 1 года обучения. Общее число часов для прохождения программы -34 .

Формы обучения

Форма обучения – очная. Основная форма организации образовательной деятельности - занятие. В процессе занятия используются коллективные, индивидуальные, групповые формы работы с обучающимися.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа после уроков основного расписания.

Представленный модуль удачно сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в школе (легкая атлетика, гимнастика и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Процесс реализации модуля, опираясь на интегративный подход в обучении, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков на протяжении всех лет их пребывания в общеобразовательной организации. В настоящее время набирает популярность женский баскетбол, в связи с этим, Модуль могут осваивать не только мальчики, но и девочки.

Целью модуля «Баскетбол» (далее – модуль) является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «баскетбол».

Задачи модуля:

- всестороннее гармоничное развитие подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья

обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;

- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития баскетбола в частности;
- формирование общих представлений о баскетболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
- формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «баскетбол»;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- популяризация баскетбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям баскетболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Содержание программы

Развитие баскетбола в России. Краткая характеристика баскетбола как средства физического воспитания. История возникновения баскетбола и развитие его в России. Чемпионат России по баскетболу.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом. (Масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техника игры в баскетбол. Классификация и терминология технических приёмов игры в баскетбол. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Практические занятия. Техника передвижения. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом,

Тактика игры в баскетбол. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и

нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в мини-футбол.

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать передачу; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на баскетбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ведения мяча. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу партнёру, на свободное место, короткую или среднюю передачи. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, введении мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

Тематический план внеурочной деятельности.

№ п/п	Наименование тем	Количество часов
1.	Баскетбол	68
Итого		68

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития баскетбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;
- формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами баскетбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- положительных качеств личности;
- моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по баскетболу;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами баскетбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот, схемы для тактических, игровых задач;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в групп;
- находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

Предметные результаты:

- знания о влиянии занятий баскетболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств;
- на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;
- знание роли главных баскетбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих баскетбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных баскетболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного баскетбола;
- понимание роли и значения баскетбольных проектов в развитии и популяризации баскетбола для школьников;
- участие в физкультурно-соревновательной деятельности;
- характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного баскетбола;
- знание современных правил организации и проведения соревнований по баскетболу;
- правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады;
- осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;
- применение и соблюдение правил игры в баскетбол в процессе учебной и соревновательной деятельности;
- применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;
- умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя;
- подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- освоение и демонстрация техники остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора мяча
- применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

- знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;
- проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ баскетбола;
- умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в баскетбол;
- знание и применение правил безопасности при занятиях баскетболом, правомерного поведения во время соревнований по баскетболу в качестве зрителя, болельщика;
- знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки во время занятий баскетболом;
- составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств баскетболиста, проведение закаливающих процедур;
- соблюдение требований к местам проведения занятий баскетболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, баскетбольным полем;
- знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий баскетболом;
- выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации;
- умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий баскетболом;
- способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов баскетбола) и развитию основных специальных физических качеств баскетболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;
- знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона баскетболистов; составление рациона питания, основ организации здорового образа жизни средствами баскетбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения;

Комплекс организационно-педагогических условий

№п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	2024-	02.09.2024	24.05.2025	34	68	68	2 раза в	-

	2025						неделю по 1 часу	
--	------	--	--	--	--	--	------------------------	--

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение:

- спортивная форма и обувь у каждого ученика;
- спорт инвентарь: маты, мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные малые, набивные), гимнастические палки, шведская стенка, обручи, гимнастические скамьи, кегли, скакалки, футбольные ворота, сетка волейбольная;
- спортивный зал (деревянный пол, разметка, стены ровные, без выступов, достаточное освещение, вентиляция, достаточное количество спортивного оборудования), спортивный стадион.

Средства материально-технического обеспечения:

1. Гимнастическая стенка.
2. Гимнастические скамейки.
3. Гимнастические маты.
4. Скакалки гимнастические.
5. Мячи набивные.
6. Мячи волейбольные.
7. Мячи баскетбольные.
8. Мячи для мини-футбола.
9. Секундомер.
10. Обручи гимнастические.
11. Теннисные мячи.
12. Табло перекидное.

Информационное обеспечение:

Интернет – ресурсы:

Физкультура в школе - <http://www.fizkulturavshkole.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности физкультурно – спортивного направления.

Формы аттестации и оценочные материалы

Способы проверки результатов.

- усвоение знаний (опрос, контрольное упражнение)
- устойчивость интереса к предмету (опрос, индивидуальная беседа,

коллективная рефлексия)

-достижения (участие в соревнованиях)

-физическое развитие (тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение).

Оценочные материалы.

Системой оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности "Баскетбол" являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост. Участие в школьных, городских и др. соревнованиях.

Методические материалы:

Особенности организации образовательного процесса

Учебные занятия носят преимущественно практический характер, учитываются уровень подготовки, индивидуальные психофизиологические особенности каждого учащегося. Основной формой работы является практическое учебное занятие, которое может быть организовано в виде: учебно-тренировочного занятия; соревновательной деятельности; игровой деятельности; устного опроса.

Формы организации учебного занятия - индивидуальная; групповая.

На групповом учебно-тренировочном занятии сочетаются различные формы и методы: анализ ситуаций, показ практических действий, выполнение заданий, создание проблемных ситуаций, поиск решений.

Методы и приемы проведения занятий:

Словесные (рассказ, объяснения, указания)

Наглядные (показ, демонстрация иллюстраций, фильмов, просмотр соревнований, демонстрация пособий: схемы, таблицы)

Практические (опробование упражнения, самостоятельное выполнение, соревнования)

Методы воспитания: поощрение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии

Поставленные программные задачи решаются путем использования следующих педагогических технологий: информационные, здоровьесберегающие, личностно-ориентированного, дифференцированного и игрового обучения.

Список литературы

1. Рабочая программа физическая культура, 4-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение». Андреев С. Н. баскетбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 1986. – 144 с.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М., 1981.
3. Варюшин В. В. Тренировка юных баскетболистов: учебное пособие. – М.: Физическая культура. 2007. – 112 с.
4. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. баскетбол. М., 1982.
5. Чанади А. Баскетбол. Техника. М., 1978.

6. Начальное обучение баскетболу. Специализированные тренировочные программы : методические указания для специализации «баскетбол» / сост.: Д. С. Николаев, В. А. Шальнов. – Ульяновск: УлГТУ, 2008. – 41 с
7. Кузнецов. А.А. Баскетбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.
8. Новая школа баскетбольной тренерской «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плот
9. Подготовка баскетболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.
10. Физическая подготовка баскетболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г
11. Баскетбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.
12. Баскетбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
13. Убойный баскетбол и другие игры для детей. Е.В. Пантеева «Феникс», 2009