

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4
имени Героя Советского Союза М.П. Хвостанцева»

Принята
на заседании Педагогического совета
от « 29 » августа 2025г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МОБУ СОШ №4
Е.Ю. Истомин
Приказ № 01-10
от « 29 » августа 2025г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Уровень программы – стартовый
Возраст обучающихся – 15-18 лет
Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:
Калинин Денис Валерьевич,
инструктор
по физической культуре

г. Минусинск, 2025 г.

Пояснительная записка.

Данная дополнительная общеобразовательная программа разработана на основании следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от «4» сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «29» августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от «11» декабря 2006 № 06-1844). •
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «4» июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Предлагаемая программа по баскетболу имеет физкультурно-спортивную направленность, предназначена для работы с учащимися 5-6 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, для углубленного изучения раздела «Баскетбол» школьной программы.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 60 минут. Программа дополнительного образования по баскетболу рассчитана на 3 года обучения. Включает в себя 72 часа учебного времени.

Актуальность программы:

Баскетбол - один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению баскетбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, баскетбольные щиты, мяч.

Отличительная особенность программы:

В программе предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные

спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

На занятиях представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Форма обучения включает в себя: Теоретические занятия, практические занятия, групповые занятия, соревнования.

Форма подведения итогов: участие в соревнованиях по баскетболу на школьном и районном уровне.

Цель:

Формирование у обучающихся положительного отношения к физической культуре в целом, как к необходимому звену общей культуры и оздоровительной практике в жизни.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- обучение технике и тактике игры в баскетбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации школьников. Спорт, в частности на уроках в школе и во внеурочных формах занятий, включает учащихся во множество социальных отношений с учениками других классов и возрастов,

создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде.

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Тематический план.

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов		
		Всего	Теоритические занятия	Практические занят.
1.	Развитие баскетбола в России	1	1	0
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	0
3.	Общая и специальная физическая подготовка	30		30
4.	Основы техники и тактики игры	30	0	30
5.	Учебные и товарищеские игры и соревнования	8	0	8
6.	Тестирование	2	0	2
Итого:		72	2	70

В программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности. Большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Оценочные материалы

№	Тесты	результат					
		высокий		средний		низкий	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	10	11	10,5	11,5	11	12
		8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3х10м с ведением мяча (сек).	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
		5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		7	7	6	6	5	5
		8	8	7	7	6	6
5		19	18	18	17	17	16

	Броски мяча в стенку с 3 м. и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17
		22	20	20	19	19	19

Формы проведения занятия и виды деятельности.

Однонаправленные занятия: посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: технической, тактической или физической. Комбинированные занятия: включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

Игровые занятия: игровая деятельность.

С использованием ИКТ: просмотр презентаций и видеороликов.

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса.

1. Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.

2. Наглядный метод: показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками, демонстрация видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий; методы ориентирования

3. Практический метод

4. Игровой метод

5. Соревновательный метод

6. Метод круговой тренировки.

Характеристика основных видов деятельности.

УУД	Характеристика основных видов деятельности ученика
	Знания о физической культуре.

Личностные, коммуникативные	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривать физическую культуру как явление культуры; • характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; • определять базовые понятия и термины баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками; • руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; • руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
Способы двигательной (физкультурной) деятельности.	
Личностные, коммуникативные, регулятивные	<ul style="list-style-type: none"> • использовать занятия кружка и соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; • взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.
Физическое совершенствование.	
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации); • выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности; • выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Содержание программы.

Инструктаж по технике безопасности.

Понятие техники безопасности. Организация работы по технике безопасности в спортивном зале. Правила техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях. Правила поведения занимающихся в спортивном зале. Правила поведения и действия тренера-преподавателя в чрезвычайных ситуациях. Правила обращения со спортивным инвентарем.

Физическая культура и спорт в России.

Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение ее для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родины. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по баскетболу.

Состояние и развитие баскетбола в России.

История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодежных и юниорских команд баскетболистов на соревнованиях.

Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Общая и специальная психологическая подготовка. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям. Основные приемы создания готовности к конкретному соревнованию. Идеомоторные, аутогенные и подобные им методы подготовки в спорте.

Гигиенические требования к занимающимся спортом.

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Функции пищеварительного аппарата. Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиеническое значение кожи. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Профилактика вредных

привычек. Питательные смеси. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Пищевые отравления и их профилактика. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Рациональное чередование различных видов деятельности. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок. Критерии готовности к повторной работе. Активный отдых. Самомассаж. Спортивный массаж. Баня. Основные приемы и виды спортивного массажа.

Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.

Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания. Общее понятие об инфекционных заболеваниях, источники инфекции и пути их распространения. Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной и общественной профилактики. Патологические состояния в спорте: перенапряжение сердца, заболевание органов дыхания, острый болевой печеночный синдром. Травматизм в процессе занятий баскетболом; оказание первой помощи при несчастных случаях. Доврачебная помощь пострадавшему, приемы искусственного дыхания, транспортировка пострадавшего. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям соревнованиям.

Общеподготовительные упражнения:

- строевые упражнения;
- упражнения для ног;
- упражнения для шеи и туловища;

- упражнения для всех групп мышц;
- упражнения для развития силы;
- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для развития ловкости;
- упражнения типа «полоса препятствий»;
- упражнения для развития скоростно-силовых качеств;
- упражнения для развития общей выносливости.

Специально-подготовительные упражнения:

- упражнения для развития быстроты движения и прыгучести;
- упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска;
- упражнения для развития игровой ловкости;
- упражнения для развития специальной выносливости.

Тактическая подготовка:

- тактика нападения;
- тактика защиты.

Техническая подготовка:

- прыжок;
- повороты;
- ловля мяча;
- передача мяча;
- ведение мяча;
- бросок в корзину.

Игровая подготовка и судейская практика.

Значение спортивных соревнований. Правила соревнований по баскетболу, жесты судьи в баскетболе. Подвижные игры с мячом и без мяча («Вышибала», «Собачка», футбол, салки и тд.). Тренировочные игры 1на1, 3 на 3, 5 на 5. Значение спортивных соревнований для популяризации вида спорта. Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Ознакомление с командным планом соревнований, с положением о соревнованиях. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в

поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

Соревновательная подготовка.

Участие и проведение спортивных соревнований, товарищеских игр.

Требования к учащимся после прохождения учебного материала

После прохождения учебного материала учащийся должен

знать:

- характеристику современных форм построения занятий по баскетболу;
- использование ОРУ в решении задач физического развития здоровья;
- возрастные особенности ведущих психических процессов (внимания, памяти, мышления);
- возрастные особенности развития основных физических качеств.

уметь:

- быстро и ловко передвигаться по площадке (в нападении - уметь правильно “открываться”, в защите - уметь правильно “закрывать” защитника);
- свободно ловить и передавать мяч различными способами и на различные расстояния; мяч правой и левой рукой;
- вести мяч правой и левой рукой;
- выполнять броски разными способами;
- выполнять штрафной бросок;
- выполнять перехват мяча;
- выполнять индивидуальные тактические действия в нападении и в защите;
- выполнять групповые действия в нападении и защите;

- осуществить контроль функционального состояния организма при выполнении физических упражнений;
- определить уровень достижений оздоровительного эффекта и физического совершенства.

демонстрировать:

- изученные элементы баскетбола в двусторонней учебной игре;
- взаимодействия с командой в двусторонней учебной игре;
- развитие физических способностей по социальным тестам средствами баскетбола и региональным тестам физической подготовленности;
- возрастную динамику физической подготовленности;
- оценку показателей физического развития.

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметных результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Качества личности учащихся

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий баскетболом:

сила воли - способность преодолевать значительные затруднения.

трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

мужество и смелость – это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

уверенность в своих силах – это качество, является основой бойцовского характера.

дисциплинированность – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

самостоятельность и инициативность – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

воля к победе - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

Оборудование и инвентарь:

1. Баскетбольные щиты с корзинами- 2-6 шт.
2. Гимнастическая стенка -6-8 пролетов
3. Гимнастические скамейки -3-4 шт.
4. Гимнастические маты - 3 шт.
5. Скакалки - 30 шт.
6. Мячи набивные (от 1 до 3 кг) – 15-20 шт.
7. Мячи баскетбольные – 15-20 шт.

Тематическое планирование по баскетболу

№ урока	Содержание материала	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте.	1
2-3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча, двумя руками над головой, двумя руками в движении.	2
4-5	Закрепление техники передач двумя руками в движении. Закрепление техники броска после ведения мяча. Игра «Баскетбол»	2
6-7	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита, техники броска в движении после ловли мяча.	2
8-9	Закрепление техники броскам в прыжке с места, техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	2
10-11	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча. Игра «Баскетбол».	2
12-13	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча. Игра «Баскетбол».	2
14-15	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу. Игра «Баскетбол».	2
16-17	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок, передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание.	2
18-19	Обучение технике атаки двух нападающих против одного защитника. Игра «Баскетбол».	2
20-21	Закрепление выбивания мяча при ведении. Игра «Баскетбол».	2
22-23	Прием нормативов по технической подготовке. Закрепление передач в движении в парах.	2
24-25	Обучение передач в тройках в движении. Игра «Баскетбол».	2
26-27	Закрепление передач в движении. Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	2
28-29	Обучение быстрому прорыву после штрафного броска. Игра «Баскетбол».	2
30-31	Обучение нападению через центрального игрока. Игра «Баскетбол».	2

32-33	Закрепление через центрового, заслоны. Игра «Баскетбол».	2
34-35	Разучивание нападения «тройкой». Игра «Баскетбол».	2
36-37	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	2
38-39	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры.	2
40-41	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника.	2
42-43	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока.	2
44-45	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока.	2
46-47	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	2
48-49	Вырывание и выбивание мяча. Игра «Баскетбол».	2
50-51	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	2
52-53	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	2
54-55	Закрепление техники ведения на максимальной скорости.	2
56-57	Закрепление техники добивания мяча в корзину. Игра «Баскетбол».	2
58-59	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном. Игра «Баскетбол».	2
60-61	Закрепление техники бросков и передач в движении. Игра «Баскетбол».	2
62-63	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.	2
64-65	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	2
66-67	Закрепление бросков в движении.	2
68-69	Прием нормативов по технической и специальной подготовке.	2
70-71	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки.	2
72	Игра «Баскетбол».	1

Список литературы

1. Бондарь А.И. «Учись играть в баскетбол». – Минск: Полынья, 1996

2. Буйлин Ю. Ф., Портных Ю. И. «Мини-баскетбол в школе» - М: «Просвещение», 1976 г.
3. Данилов В.А. «Повышение эффективности игровых действий в баскетболе». – М: «Просвещение», 1996г.
4. Линдеберг Ф. «Баскетбол игра и обучение» - М: «Физкультура и спорт» 1971г.
5. Лях В. И., Зданевич А. А., «Комплексная программа физического воспитания 1-11 кл.» - М: Просвещение ,2014г
6. Матвеев А.П. «Примерная федеральная программа содержания видов спортивной подготовки» - М, 2013г.
7. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры» – Москва, «Физкультура и спорт» 2013 год.
8. Могильный Л. А., Вольнова Н.Я Учебная программа кафедры воспитательной работы Краснодарского краевого института дополнительного профессионального педагогического образования. «Уроки баскетбола в школе для учащихся 5-11 классов». Краснодар 2009 год
9. Портнов Ю.М. «Баскетбол: учебник для ВУЗов физической культуры» – М: «Физкультура и спорт», 1997г.
10. Приображенский И.Н., Хараянц А.А. «Баскетбол в школе». – М: «Просвещение», 1999г.
11. Фрейзер У., Сэчер А. «Баскетбол» – М: АСТ Астрель 2006г.
12. Чичикин В.Т., Игнатьева П.В. «Проектирование учебного процесса в общеобразовательном учреждении». – Нижний Новгород: НГЦ, 2005г.
13. Чумакова П.А. «Баскетбол»: «Физкультура и спорт», 1996г

