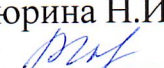


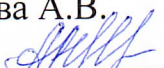
**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Окунайская средняя общеобразовательная школа №1»**

Рассмотрено на заседании
методического объединения
Руководитель МО
Тюрина Н.И.



Протокол № 5 от
«25» мая 2024г.

«Согласовано»
Заместитель
директора по УВР
Ревва А.В.



«02» сентября 2024 г.

«Утверждаю»
И.О. Директора
О.В. Миськова



Приказ № _____ от
«02» сентября 2024г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-17 Срок
реализации 1 год

Автор-составитель:
Коваль Елена Владимировна,
учитель физической культуры

Пояснительная записка

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Предметом изучения баскетбола как учебной дисциплины является реализация основ физического воспитания в сфере дополнительного образования детей. баскетбол предполагает овладение не только навыками физической культуры, но и развитие личностных качеств, овладение ребенком коммуникативными навыками, развитие творческого потенциала. Занятия баскетболом способствуют всестороннему развитию личности. Программа «Баскетбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. Программа «Баскетбол» учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея данной программы — создание современной оздоровительной среды, способствующей самореализации и социализации ребенка, своевременному развитию личности ребенка, раскрытию его физического потенциала и развитию коммуникативных навыков. Идея гармоничного развития личности ребенка посредством игры в баскетбол с темами, направленными на социализацию ребенка, способствует успешному вхождению в социум, проявлению своих личностных качеств, а также способствует первичной профессиональной ориентации. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации. Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, обеспечивающих ситуацию успеха для каждого ребенка, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию ребенка.

Ключевые понятия

Блокировка– действие игрока, который препятствует продвижению соперника, невладеющего мячом, является нарушением правил. **Бросок крюком**– бросок мяча одной рукой над головой кругообразным движением руки.

Быстрый прорыв– быстрое продвижение нападающих к корзине соперников в надежде создать численный перевес и забросить мяч в корзину.

Ведение мяча (дриблинг)– продвижение с мячом, последовательно ударяя его в пол правой или левой рукой

Двойное ведение– возобновление ведения после того, как игрок остановился и взял мяч в руки. Является ошибкой.

Двойной заслон– заслон, поставленный двумя игроками для одного партнера.

Заслон– допускаемое правилами действие, при котором игрок, избегая столкновений, препятствует выходу соперника на выгодную позицию.

Защитник– термин имеет два значения: а) игрок обороняющейся команды, б) игрок задней линии нападения.

Игровые приемы– основные навыки, владения которыми позволяют активно участвовать в игре.

Нападающий– термин имеет два значения: а) игрок команды, владеющий мячом, б) игрок высокого роста, играющий в нападении на краю площадки.

Обоюдный фол– ошибка допущенная в одна и тоже время двумя игроками противоположных команд в одно и тоже время.

Передовая зона– половина площадки на которой находится неприятельская корзина.

Пробежка–начиная ведение игрок не имеет права оторвать осевую ногу до тех пор, пока не выпустит мяч из рук. Получив мяч в движении, игрок не имеет права сделать более двух шагов с мячом в руках. Это нарушение правил, и мяч передается сопернику.

Пять секунд- время предоставляемое игроку для вбрасывания мяча в игру и пробивания штрафного броска.

Спорный мяч– ситуация, при которой два игрока противоположных команд одновременно ухватились за мяч.

Фол – персональная ошибка при соприкосновении с игроком другой команды.

Центровой игрок– один из игроков команды, располагающийся в нападении вблизи корзины соперников. Обычно самый высокий игрок команды.

Штрафной бросок – наказание за техническую или персональную ошибку.

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы–базовый.

Актуальность образовательной программы

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку учащиеся возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Программа позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Реализация программы позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Предлагаемая программа направлена на создание базы для дальнейшего изучения баскетбола в школе.

Практическая значимость данной программы заключается в том, что обучающиеся имеют возможность подготовиться к обязательному изучению баскетбола по школьной программе. Приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственной нагрузкой. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Отличительные особенности программы состоят в своеобразном подходе к подготовке баскетболистов. Традиционно на этапе начальной подготовки у спортсменов преимущественно развиваются их физические качества и общая физическая подготовка. Содержание данной программы построено таким образом, что на этапе начальной подготовки большее предпочтение отдается специальной, технико-тактической и игровой подготовке баскетболиста, и сравнительно меньшее количество часов отдано на общую физическую подготовку. Первостепенно баскетболист формируется большей частью как игрок, а уже потом, учитывая возраст и сенситивные периоды, развиваются его физические качества. На основе такого подхода в учебном плане соответствующим образом распределено процентное содержание и количество часовой нагрузки на технико- тактическую подготовку, в итоговую аттестацию включены нормативы по технической подготовке, подобраны современные методы и средства обучения для данного вида подготовки.

Баскетбол является одной из наиболее распространенных на сегодняшний день игр с мячом. Школа отечественного баскетбола имеет богатую историю и замечательные традиции. Баскетбол – это прекрасное средство для физического развития любого человека, независимо от возраста. Он дает возможность раскрыться индивидуальным особенностям личности, благоприятно воздействуя на развитие таких двигательных качеств, как быстрота, сила, выносливость. Баскетбол занимает одно из приоритетных мест в физическом воспитании школьников, благодаря своей оздоровительной, воспитательной, образовательной направленности среди других видов спортивной деятельности.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра в баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа

жизни качества: выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость и др., а также формируются личные качества ребенка: общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде.

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирования навыков здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные:

- Изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- Приобретение опыта участия в соревнованиях;
- Развитие двигательных качеств учащихся: координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий и точности двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы, гибкости, ловкости), способностей, а также сочетание этих способностей.

Развивающие:

- Правильная организация двигательной активности детей;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Удовлетворение естественной потребности растущего организма в движении и повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным внешним условиям.

Воспитательные:

- Формирование устойчивого интереса и привычку к систематическим занятиям баскетболом;
- Воспитание у ребят ответственного отношения к личному здоровью, как индивидуальной и общественной ценности; справедливого, строго регламентируемого отношения к соревновательной деятельности, как к одному из видов человеческой деятельности;
- Воспитание морально-волевых качеств;
- Содействовать формированию навыков культуры поведения;
- Воспитание чувства коллективизма, умения работать в коллективе, уважать старших, доброжелательного отношения друг к другу, умения и желания оказывать помощь, дисциплинированность, корректность, требовательность к себе.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 11-17 лет.

Набор детей в объединение – свободный.

Возрастные особенности. В этом возрасте ребёнок способен к более или менее продолжительной концентрации внимания, у него появляется

способность к целенаправленной деятельности, он овладевает достаточным лексическим запасом и запасом речевых моделей для удовлетворения своих коммуникативных нужд.

Доминирующей функцией у ребенка становится мышление, которое определяет работу всех функций сознания, они становятся контролируемыми. Хотя формируется словесно-логическое мышление, но все же важную роль играет наглядно-образное мышление.

Особенности организации образовательного процесса

Программа реализуется в рамках программы «Школьного спортивного клуба» и является бесплатной для обучающихся. Группа формируется из числа обучающихся 5-11 классов МОУ «Окунайская СОШ №1», реализующей программу.

В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний и прошедшие медицинский осмотр, допущенные врачом к занятиям физической культуры (справка).

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Наполняемость учебных групп составляет 10-15 человек.

Форма обучения по образовательной программе

Форма обучения-очная с применением дистанционных технологий.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Объём и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 72 часа, включая индивидуальные консультации.

Основные формы и методы обучения

Основная технология обучения - объяснительно-наглядная (теоретическая) методика обучения и практическая работа. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский–самостоятельная творческая работа учащихся;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.
- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- частично-поисковый
- участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по схемам и др.);
- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);
- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);
- словесный
- рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания);
- стимулирования (соревнования, выставки, поощрения).

Практические занятия - овладение главными, жизненно-необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению спортивного вида баскетбол.

Планируемые результаты

В возрасте 11-17 лет при обучении игре баскетбол у детей происходит системное развитие основ коммуникативной компетенции, которая включает в себя следующие результаты:

- будут знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- будут знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- будут выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом; будут владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- будут знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- будут владеть основами судейства игры в баскетбол;
- будут организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- будут бережно обращаться с инвентарём и оборудованием,
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

В сфере *личностных универсальных учебных действий* формируется внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение.

В сфере *регулятивных универсальных учебных действий* обучающиеся овладевают основными типами учебных действий, направленных на организацию своей работы в группе и вне ее, включая способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать её реализацию, контролировать и оценивать свои действия.

В сфере *познавательных универсальных учебных действий* обучающиеся обучаются воспринимать и анализировать текст.

В сфере *коммуникативных универсальных учебных действий* обучающиеся приобретают умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество с преподавателем и сверстниками.

Механизм оценивания образовательных результатов

Используется тестирование и мониторинг навыков и умений, результаты оцениваются по следующей схеме:

1. Стартовый уровень- тестирование физической подготовки;
 2. Базовый уровень-тестирование специально-физической подготовки;
- Уровень оценки практических навыков и умений:
- Низкий уровень.
 - Средний уровень.
 - Высокий уровень.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: материал тестирования, методическая разработка и журнал посещаемости.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревновательная деятельность в группах, командах, открытое занятие.

Оценочные и методические материалы

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может показать навык освоения упражнения.
2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно выполнить технический элемент и применить его в игровой ситуации.
3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно выполнить технический элемент и применить его в игровой ситуации.

Но, располагает сведениями сверх программы, проявляет интерес к теме. Проявил инициативу в игре, в команде. Сделал вклад своими действиями в победу команды.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Виды контроля

Результативность освоения программного материала отслеживается систематически в течение года с учетом уровня знаний и умений учащихся на начальном этапе обучения. С этой целью используются разнообразные виды контроля:

- *предварительный контроль* проводится в начале обучения для определения уровня знаний и умений обучающихся;
- *текущий контроль* ведется на каждом занятии в виде педагогического наблюдения за правильностью выполнения упражнений, динамикой.
- *Промежуточный контроль* проводится по окончании первого полугодия.
- *Итоговый контроль* проводится в конце учебного года.

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончании года обучения) или итоговой аттестации (по окончании освоения программы). Обучающиеся участвуют в различных соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается за счет:

- Соответствия программы возрастным особенностям обучающихся;
- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- комфортной развивающей образовательной среды;
- качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала.

Материально-техническое обеспечение программы:

- спортивный зал
- магнитофон
- компьютер
- спортивный инвентарь
- спортивный зал; технические средства обучения:
- баскетбольные мячи - 15 шт.;
- спортивный инвентарь.

Кадровые условия реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение

Словесные методы:

- описание;
- объяснение;
- рассказ;
- разбор;
- указание;
- команды и распоряжения;
- подсчёт.

Наглядные методы:

- показ упражнений и техники баскетбольных приёмов;

- использование учебных наглядных пособий;
- видеофильмы, DVD, слайды;
- жестикуляции.

Практические методы:

- метод упражнений;
- метод разучивания по частям;
- метод разучивания в целом;
- соревновательный метод;
- игровой метод;
- непосредственная помощь тренера-

преподавателя. Основные средства обучения:

- упражнения для изучения техники, тактики баскетбола и совершенствование в ней;
- общефизические упражнения;
- специальные физические упражнения;
- игровая практика.

Учебный план образовательной программы

п/п	Разделы	Количество учебных часов
	Основы знаний о физкультурной деятельности	1
	Способы двигательной деятельности (умение, навыки, двигательные способности)	3
	Специальная подготовка	10
	Техническая подготовка	24
	Тактическая подготовка	30
	Итого	68

Содержание программы:

Раздел 1. Основы знаний о физкультурной деятельности (1 часа)

Вводный инструктаж. Техника безопасности при игре в баскетбол. Правила игры в баскетбол.

Раздел 2. Способы двигательной деятельности (умение, навыки, двигательные способности) (3 часа)

Игры с мячом; игры с бегом, прыжками, метанием. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов.

Раздел 3. Специальная подготовка (10 часов)

Ведение мяча правой левой рукой. Передача мяча одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками от груди. Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой при передвижениях игроков в парах и тройках. Штрафной бросок. Броски в корзину.

Раздел 4. Техническая подготовка (24 часа)

Техника нападения. (6 часов) Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение переставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки

толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.

Техника защиты (6 часов) Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения. Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево). Передача мяча одной рукой из -за спины. Действия защитника в обороне, в нападении. Перемещение к стойке защитника вперед, в стороны, назад.

Техника передвижения (6 часов) Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости.

Техника овладения мячом (4 часа) Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом.

Раздел 5. Тактическая подготовка (30 часов)

Тактика нападения (6 часов) Индивидуальные действия, выход на свободное место с целью атаки и получения мяча. Выбор способа ловли мяча. Применение изученных приемов техники нападения в зависимости от ситуации на площадке. Финты с мячом на ведение, на передачу, на бросок с последующим ведением, передачи, броском.

Групповые действия (6 часов) Взаимодействие двух игроков - "передай мяч - выходи" Взаимодействие трех игроков - "треугольник". Взаимодействие двух нападающих против одного защитника "2-1". Взаимодействие двух нападающих против трех защитников, "тройка", скрытый выход, малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами.

Командные действия (6 часов) Организация командных действий по принципу выхода на свободное место. Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты (12 часов) Индивидуальные действия по умению выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча. Выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. Действие одного защитника против двух нападающих, отступление при заслонах. Взаимодействие двух игроков - подстраховка. Контрольные игры и соревнования.

Учебно-тематический план

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в специализированном помещении, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4	Работа над сплочением коллектива	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6	Соревнования, посвященные «Дню защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7	Соревнования «Мама, папа, я – дружная семья»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8	Соревнования, посвященные «Дню Победы»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Май
9	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Ноябрь, декабрь, март, апрель, май

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Для педагога дополнительного образования:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
3. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
4. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
5. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973

6.