

Управление образования администрации
Кольчугинского района Владимирской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Бавленская средняя школа имени Героя Советского Союза Рачкова П.А.»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
протокол № 2

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБОУ «Бавленская средняя школа»
от 30.08.2024 г. № 87

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
"Баскетбол"

Возраст обучающихся: 9 – 12 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Петрашкевич Дмитрий Викторович,
педагог дополнительного образования

п. Бавлены, 2024г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Данная программа разработана с учетом основных законодательных и нормативных актов:

- ФЗ № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Паспорта федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
- Положение МБОУ «Бавленская средняя школа» о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога.

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень реализации программы - базовый уровень

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Система физического воспитания в нашей стране имеет многолетний опыт становления и направлена на решение основных социально значимых задач: укрепление здоровья населения, физическое и двигательное развитие и воспитание высоких нравственных качеств. Особое внимание уделяется детскому возрасту, поскольку на этом этапе развития закладывается основа дальнейшего совершенствования и формируется потенциал физических возможностей, которые могут быть реализованы в различных сферах деятельности человека.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Программа по баскетболу предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Основной показатель секционной работы дополнительного образования по баскетболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предьявляя

посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность программы: Педагогическая целесообразность программы баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Значимость для муниципалитета: Программа разработана в целях сохранения спортивных традиций и формирования гражданского и патриотического сознания детей.

Адресат программы.

Программа предназначена для детей 9-12 лет.

Условия набора. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Количество учащихся.

Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе 20-25 человек.

Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на три года обучения.

Форма и режим занятий

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом. Длительность учебного часа для воспитанников – 40 минут.

Занятия проводятся 2 раза в неделю: по одному и по два ученических часа. Количество часов в год – 102 часа.

Форма обучения - очная.

Форма организации деятельности учащихся: групповая.

Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитывающие:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Содержание программы

Содержание программы отражается в учебном плане. Программа содержит перечень разделов и тем, количество часов по каждой теме с разбивкой на аудиторные (теоретические и практические виды занятий).

Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.1.	Правила игры в баскетбол, техника безопасности	6	2	4	Зачет
1.2.	Техническая подготовка	30	0	30	Зачет
1.3.	Тактическая подготовка	26	0	26	Командный зачет
1.4.	Физическая подготовка	28	0	28	Тестирование
1.5.	Сдача контрольных нормативов	8	2	6	Тестирование
1.6.	Участие в соревнованиях	4	0	4	Соревнования
Итого		102	4	98	

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.1.	Правила техники безопасности при проведении занятий. Методические особенности самостоятельных занятий.	4	2	2	Зачет
1.2.	Техническая подготовка	60	0	60	Зачет
1.3.	Тактическая подготовка	23	0	23	Командный зачет
1.4.	Физическая подготовка	9	0	9	Тестирование
1.5.	Сдача контрольных нормативов	3	0	3	Тестирование
1.6.	Участие в соревнованиях	3	0	3	Соревнования
Итого		102	2	100	

3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.1.	Правила техники безопасности во время секционных занятий Правила личной гигиены Правила оказания первой медицинской помощи при травмах	4	2	2	Зачет
1.2.	Техническая подготовка	58	0	58	Зачет
1.3.	Тактическая подготовка	25	0	25	Командный зачет
1.4.	Физическая подготовка	9	0	9	Тестирование
1.5.	Сдача контрольных нормативов	3	0	3	Тестирование
1.6.	Участие в соревнованиях	3	0	3	Соревнования
Итого		102	2	100	

Содержание учебного плана

Первый год обучения

Тема 1.1. Теоретическая подготовка

Теория: правила техники безопасности при проведении секционных занятий

Практика: правила соревнований по баскетболу.

Тема 1.2. Техническая подготовка

Практика: ведение мяча. Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно. Перемещения баскетболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

Остановки баскетболиста прыжком. Передача мяча двумя руками от груди.

Передача мяча одной рукой от плеча. В движении: передача в парах 1,2 мячей, в тройках 2,3 мячей, во встречных колоннах со сменой мест. Ловля мяча после различных видов передач. Ловля одной рукой в парах на месте и в движении

Тема 1.3. Тактическая подготовка

Практика: Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Борьба за отскок, отсекание.

Личная защита (прессинг). Зонная защита

Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Тема 1.4. Физическая подготовка

Практика: Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.

Тема 1.5. Сдача контрольных нормативов

Тема 1.6. Участие в соревнованиях по баскетболу

Второй год обучения

Тема 1.1. Теоретическая подготовка

Теория: Правила техники безопасности при проведении секционных занятий.

Практика: особенности самостоятельных занятий по развитию двигательных качеств .

Тема 1.2. Техническая подготовка

Практика: Стойки и перемещения баскетболиста Перемещение шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления

Остановка «прыжком», Передачи мяча Ловля мяча после различных видов передач На месте: в парах, в тройках. В прыжке: в парах, в тройках. В движении: в парах, в тройках, во встречных колоннах со сменой мест.

Ведение без зрительного контроля 1,2 мячей на месте и в движении. Ведение с переводом за спиной, перед собой, между ног на месте и в движении. В движении: ведение с поворотами, с изменением направления, с противодействием защитников. Броски в кольцо. Бросок снизу

Тема 1.3. Тактическая подготовка

Практика: Игра в защите. Индивидуальные действия. Прессинг, зонный прессинг. Зонная защита. Уход от заслонов и наведений. Позиционное нападение. Индивидуальные действия. Заслоны и наведения

Тема 1.4. Физическая подготовка

Практика: Бег 500, 1000, 1500 метров. Броски набивного мяча сидя, стоя.

Прыжки на тумбу и соскоки с неё.

Тема 1.5. Сдача контрольных нормативов

Тема 1.6. Участие в соревнованиях по баскетболу

Третий год обучения

Тема 1.1. Теоретическая подготовка

Теория: Правила техники безопасности во время секционных занятий Правила техники безопасности во время соревнований по баскетболу

Значение физических упражнений для развития организма на клеточном уровне. Правила личной гигиены

Практика: правила оказания первой медицинской помощи при травмах

Тема 1.2. Техническая подготовка

Практика: Стойки и перемещения. Остановка баскетболиста

Совершенствование изученных ранее способов передач мяча в условиях подвижных игр, эстафет, соревнований. Совершенствование изученных ранее способов ловли мяча в условиях подвижных игр, эстафет, соревнований. Ведение мяча. Броски в кольцо. Бросок в прыжке с поворотом на 180 градусов

Тема 1.3. Тактическая подготовка

Практика: Игра в защите. Индивидуальные действия. Прессинг, зонный прессинг. Зонная защита. Уход от заслонов и наведений. Игра в нападении

Комбинационная игра Индивидуальные действия

Тема 1.4. Физическая подготовка

Практика: Бег 500, 1000, 1500, 2000 метров. Челночный бег. Упражнения на тренажёрах.

Тема 1.5. Сдача контрольных нормативов

Тема 1.6. Участие в соревнованиях по баскетболу

Планируемые результаты

Результаты 1 года обучения

Результат образовательной деятельности.

Знать: правила игры в баскетбол, технику безопасности на занятиях.

Уметь: к концу первого года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в нападении: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча, атака корзины, «передай мяч и выходи» - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - успешная сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результат воспитывающей деятельности

Воспитать деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства

Результаты развивающей деятельности

развитие ключевых компетенций, а также психических свойств личности учащихся в соответствии с обозначенными задачами

Результаты 2 года обучения

Результат образовательной деятельности.

Знать: правила техники безопасности при проведении секционных занятий. Методические особенности самостоятельных занятий по развитию двигательных качеств.

Уметь: к концу второго года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, в движении, в прыжке, при встречном движении, ловлю одной рукой на месте, в движении, передачи мяча двумя руками, одной

рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту, сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - научатся в нападающих действиях выполнять «наведение» - научатся перехватывать мяч при передаче его соперником - успешно выполняют контрольные нормативы по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результат воспитывающей деятельности

Воспитать деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства .

Результаты развивающей деятельности

развитие ключевых компетенций, а также психических свойств личности учащихся в соответствии с обозначенными задачами

Результаты 3 года обучения

Результат образовательной деятельности.

Знать: правила техники безопасности во время секционных занятий

Правила личной гигиены .

Правила оказания первой медицинской помощи при травмах

Уметь: к концу третьего года обучения учащиеся - научатся планировать и контролировать спортивную подготовку - улучшат технико-тактическую подготовку - улучшат психологическую подготовку - смогут выполнять броски в корзину одной рукой: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту - научатся в нападающих действиях выполнять «наведение» - научатся перехватывать мяч при передаче его соперником - смогут действовать в нападении при выходе двух нападающих против одного защитника - смогут действовать в нападении при выходе трех нападающих против двух защитников (3x1, 3x2) - смогут использовать «малую восьмерку» в нападающих командных действиях - освоят систему личной защиты - научатся действовать в защите при выходе двух нападающих против одного защитника (1x2) - научатся действовать в защите при выходе трех нападающих против одного или двух защитников (1x3, 2x3) - успешно выполняют контрольные нормативы по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результат воспитывающей деятельности

Воспитать деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Результаты развивающей деятельности

развитие ключевых компетенций, а также психических свойств личности учащихся в соответствии с обозначенными задачами

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Начало занятий первого года обучения – 2 сентября.

Окончание занятий первого года обучения – 23 мая.

Начало занятий второго года обучения – 1 сентября.

Окончание занятий второго года обучения – 25 мая.

Начало занятий третьего года обучения – 1 сентября.

Окончание занятий второго года обучения – 25 мая.

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) – 34 недели. За три года – 102 недели.

Режим работы: занятие два раз в неделю продолжительностью:

понедельник - 1 академический час; среда - 2 академических часа.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в спортивном зале школы, где есть необходимое оборудование инвентарь, методическая литература для проведения занятий.

Учебно- методическое обеспечение

- Схемы и плакаты освоения техники баскетболиста.

- Правила баскетбола.

- Учебники по физической культуре

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного поведения в спортивном зале.

- Инструкции по охране труда.

Кадровое обеспечение

Программа может реализовываться учителем физической культуры, имеющим среднее – специальное или высшее образование, без требований к уровню, профессиональной категории.

Формы аттестации

Способы проверки дополнительной образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;

- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;

- участие в спортивных праздниках, конкурсах;

- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;

- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

- соревнования школьного, районного масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год. Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в апреле – мае. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.), разработанные критерии оценки.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Результаты 1 года обучения

Знать: правила игры в баскетбол, технику безопасности на занятиях.

Уметь: к концу первого года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут

выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в нападении: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча, атака корзины, «передай мяч и выходи» - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - успешная сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результаты 2 года обучения

Знать: правила техники безопасности при проведении секционных занятий.

Методические особенности самостоятельных занятий по развитию двигательных качеств

Уметь: к концу второго года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, в движении, в прыжке, при встречном движении, ловлю одной рукой на месте, в движении, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту, сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - научатся в нападающих действиях выполнять «наведение» - научатся перехватывать мяч при передаче его соперником - успешно выполняют контрольные нормативы по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результаты 3 года обучения

Знать: правила техники безопасности во время секционных занятий

Правила личной гигиены . Правила оказания первой медицинской помощи при травмах

Уметь: к концу третьего года обучения учащиеся - научатся планировать и контролировать спортивную подготовку - улучшат технико-тактическую подготовку - улучшат психологическую подготовку - смогут выполнять броски в корзину одной рукой: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту - научатся в нападающих действиях выполнять «наведение» - научатся перехватывать мяч при передаче его соперником - смогут действовать в нападении при выходе двух нападающих против одного защитника - смогут действовать в нападении при выходе трех нападающих против двух защитников (3х1, 3х2) - смогут использовать «малую восьмерку» в нападающих командных действиях - освоят систему личной защиты - научатся действовать в защите при выходе двух нападающих против одного защитника (1х2) - научатся действовать в защите при выходе трех нападающих против одного или двух защитников (1х3, 2х3) - успешно выполняют контрольные нормативы по ОФП, СФП и технической подготовке.

Формы контроля:

Методы устного контроля – опрос, метод визуального контроля – наблюдение педагогом за действиями учащихся, методы практического контроля – контроль результатов самостоятельных, контрольных, практических работ (текущий инструктаж, заключительный инструктаж);

методы самоконтроля: взаимоконтроль, самоконтроль. В программе использованы различные формы диагностики: наблюдение, собеседование, анкетирование, тестирование.

Методические материалы

Разделы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Форма занятий	Приемы и методы	Форма подведение итогов
Теоретическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Словесный	Зачет
Техническая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная	Зачет

	форма		работа	
Тактическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа, словестный	Коллективный зачет
Физическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Контрольные тесты, соревнования

Список используемой литературы

Для учителя:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2014г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2017г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2014, 2015.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2014г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2018г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2014
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 2016.
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов - Минск, 2016.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 2014.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., 2015.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара.2018г

Для обучающихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 20014г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ.2015г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2016г.