



Управление образования администрации Лукояновского муниципального района
Нижегородской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Лукояновская средняя школа №1

Принята на заседании педагогического
МБОУ Лукояновская СШ №1
от «03» февраля 2022 г.
Протокол № 6

Утверждена
директором школы
Приказ №29
от «04» февраля 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Баскетбол»

Возраст учащихся 7—10 лет,

Срок реализации — 1 год

Автор-составитель:
Храмова Елена Владимировна
педагог дополнительного образования

г. Лукоянов
2022 г.

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Баскетбол» физкультурно-спортивной направленности разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция) // URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения 16.12.2021). – Текст : электронный.
2. Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
3. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. 2020 года) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
5. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
6. Письмом Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 "О направлении методических рекомендаций". Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. – если в программе указано использование ЭО, ДОТ, то данный документ включаем в перечень.
7. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
8. Письмом Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 “О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий”. – если в программе указано использование ЭО, ДОТ, то данный документ включаем в перечень.
9. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. р (ред. от 30.03.2020).
10. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ" – если в программе указано использование ЭО, ДОТ, то данный документ включаем в перечень.
11. Паспортом национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).
12. Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).
13. Письмом Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
14. Методическими рекомендациями по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.
15. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

16. Распоряжением Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

17. Уставом и нормативно-локальными акты МБОУ Лукояновская СШ №1

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

Актуальность и отличительные особенности

Актуальность заключается в том, что в современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно важна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни. Программа предназначена для вовлечения детей к систематическим занятиям в спортивных секциях и объединениях дополнительного образования для повышения уровня физической подготовленности.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заниматься 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.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: базовый, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений.

Адресат программы: возраст детей, участвующих в реализации программы 6-10 лет. К занятиям в объединении допускаются все обучающиеся 1-4-х классов, желающие научиться играть в баскетбол и не имеющие медицинских противопоказаний.

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

Задачи:

Предметные - познакомить обучающихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований.

Личностные - прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом; пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Метапредметные - способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье, закалять организм.

-
Срок реализации программы: рассчитана на 1 год обучения.

Объём программы: общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 68 учебных часов.

Наполняемость группы: не менее 15 человек.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Формы организации занятий: традиционные, комбинированные и практические групповые занятия. Теоретические занятия могут проходить с применением дистанционных образовательных технологий, например, посредством программы (Skype, Zoom и др.), записи лекций. Такая двухсторонняя форма коммуникации позволяет обучающимся, не имеющим возможности посещать все занятия в силу различных обстоятельств, получить доступ к изучению программы

Форма обучения: очная.

Прогнозируемые результаты

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях и оказывать помощь своим сверстникам.
- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации обучающихся.

Метапредметные 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.

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- 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.

Личностные результаты освоения предмета физической культуры:

По окончании первого года обучения обучающиеся должны знать:

- основы истории развития баскетбола в России;
- сведения о строении и функциях организма человека;
- правила игры в баскетбол;
- особенности развития физических способностей на занятиях.

уметь:

- выполнять бег 30 м на время.
- выполнять прыжок в длину с места.
- выполнять кросс без учета времени.
- выполнять поднимание туловища за 30 сек.
- выполнять бег 30 м /5х6/
- выполнять ведение мяча в движении шагом.
- выполнять броски мяча.

Формы контроля освоения образовательной программы

- Текущий: наблюдение, тестирование, учебная игра.
- Итоговый: учебная игра, соревнования.

Формы подведения итогов реализации программы

1. Опрос обучающихся по пройденному материалу.
2. Наблюдение за обучающимися во время тренировочных игр и соревнований.
3. Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.
4. Контроль соблюдения техники безопасности.
5. Выполнение контрольных упражнений.
6. Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
7. Результаты соревнований.

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени освоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов.

2. Учебный план

Количество часов			Промежуточная аттестация и аттестация по завершении реализации программы.
Теория	Практика	Всего	
			1 полугодие/конец уч. года

Учебный план (часов)

№ п/п	Разделы. Темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.					
.....					
	Всего				

Учебный план 2021/2022 учебный год

№ п/п	Программный материал	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Теоретические сведения	В процессе занятия		
2	Обучение техники и тактики навыков учащихся	30	2	28
3	Общефизическая подготовка	18	1	17
4	Специально физическая подготовка	14	1	13
5	Совершенствование тактики и техники игры в баскетбол при помощи двусторонней игры	6	1	5
6	итого	68	5	63

Содержание программы

История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила игры в баскетбол.

Техническая подготовка и тактическая подготовка (30 часов)

Упражнения без мяча: основная стойка, передвижение приставными шагами с изменением направления движения. Упражнения с мячом: ловля и передача мяча двумя руками от груди с места, с шагом, со сменой места после передачи; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

Упражнения без мяча: основная стойка; передвижения в основной стойке; передвижения приставным шагом с изменением направления движения, с чередованием скорости передвижения; переход с передвижения правым боком на передвижение левым боком; прыжок вверх толчком одной и приземлением на другую; остановка в шаге и прыжком после ускорения. Упражнения с мячом: ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах, тройках (стоя на месте, при передвижении приставным шагом левым и правым боком); ведение мяча стоя на месте, в движении по прямой, по кругу, «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, двумя руками снизу (выполнение штрафного броска); бросок мяча в баскетбольный щит одной (двумя) руками от груди после ведения. Упражнения без мяча: прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую; передвижение в основной стойке; остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге. Упражнения с мячом: ловля мяча после отскока от пола, ведение мяча на месте и в движении с изменением направления движения; бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения и от груди с места. Ловля мяча после отскока от пола. Ведение мяча с изменением направления и скорости передвижения, с отскоком мяча на разную высоту. Ловля и передача мяча с шагом. Бросок мяча в корзину одной рукой с места. Бросок мяча в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Техничко-тактические действия игроков при вбрасывании мяча судьей и при передаче мяча с лицевой линии.

Техничко-тактические действия (индивидуальные и командные): передвижение защитника при индивидуальных защитных действиях; вырывание и выбивание мяча; защитные действия при опеке игрока с мячом и без мяча; перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину; взаимодействие в нападении (быстрое нападение); взаимодействие при вбрасывании мяча судьей и с лицевой линии с игроком команды и соперником

Техничко-тактические действия в защите и нападении. Ведение мяча с обводкой пассивного и активного соперника. Отработка тактических игровых комбинаций. Техничко-тактические действия в нападении (быстрое нападение) и защите (перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину). Совершенствование индивидуальной техники в ранее разученных упражнениях.

Индивидуальные действия: выбор места для выполнения передачи; выбор места для броска.

Групповые действия. Взаимодействие игроков в нападении. Взаимодействие игроков в защите. Взаимодействие при вбрасывании мяча судьей и с лицевой линии с игроком команды и соперником Ведение мяча с обводкой пассивного и активного соперника.

Командные действия. Техничко-тактические действия в защите и нападении. Отработка тактических игровых комбинаций. Техничко-тактические действия в нападении (быстрое нападение) и защите (перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину). Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям

Общефизическая подготовка (на каждом занятии)

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднимание ног с мячом.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки : с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по

технической, тактической и общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа 1 раз в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

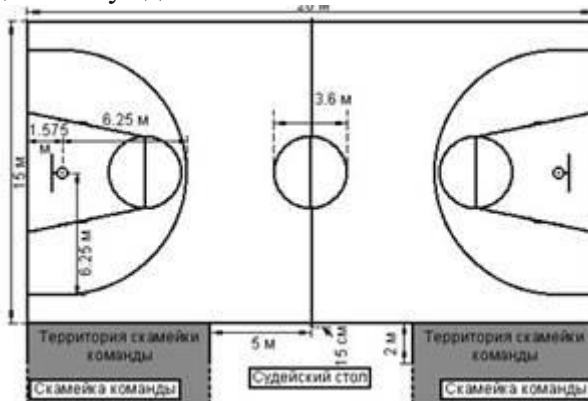
1. в целом;
2. по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Изучение игровой площадки. Обсуждение.



- Потолок;
- Освещение;
- Линии;
- Лицевые и боковые линии; • Центральная линии

Комплекс организационно- педагогических условий реализации программы

Календарный учебный график

к программе «Общая физическая подготовка» на 2021-2022 учебный год.

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
02.09.2021	30.05.2022	34	68	1 раз в неделю по 2 часа

Формы контроля , аттестации

Формы аттестации

1. Освоение знаний (опрос, контрольное упражнение, тестирование).
2. Устойчивость интереса к предмету (опрос, индивидуальная беседа, коллективная рефлексия, анкетирование).
3. Достижения (контрольные испытания, тесты, участие в соревнованиях).
4. Физическое развитие (тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование).

Оценочный материал

Контрольные испытания представляют собой демонстрацию уровня физической подготовленности обучающихся; проводятся согласно плану работы объединения в середине и в конце учебного года. Это спортивные соревнования, эстафеты, тестирование.

Активно используется технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов), при которой учащиеся принимают активное участие в оценке своей деятельности и выставления отметок. В соответствии с этой технологией и требованиями ФГОС учащиеся должны чётко знать и понимать цели своего образования, знания, которые они получают, умения, которые они осваивают.

Контрольные испытания:

1. *Бег 30 м на скорость.* Упражнение выполняется в парах на беговой дорожке с высокого старта.
2. *Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.* Упражнение начинать из положения сидя, ногами упираться в мат / ноги не держать/, руки за головой. По сигналу туловище опустить на мат, голову, лопатки положить на мат. Поднимая туловище локтями коснуться коленей. Стопы от пола не отрывать.
3. *Прыжок в длину с места.* Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.
4. *Кросс.* Бег выполняется в группе без учета времени.
5. *Бег 30 м (5х6м).* На расстоянии 6 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая расстояние 6 м пять раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.
6. Испытания на точность передачи в паре. Каждый учащийся выполняет по 10 передач учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Контрольные нормативы для учащихся по физ. подготовке

№ п/п	Контрольные упражнения	девочки			мальчик и		
		1	Бег 30м с высокого старта (с)	6,0	6,2	6,5	5,7
2	Поднятие туловища из положения лежа за 30 с	18	13	8	22	17	13
3	Прыжок в длину с места (см)	185	165	150	190	175	160
4	Кросс без учета времени	500 м			1000м		
5	Бег 30м (6х5) (с)	11.8	12,1	12,4	11,5	11,8	12.0

№	Показатели	результат		
		высокий	средний	низкий

		М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м).	10	11	10,5	11,5	11	12

	Отрезок 15 м. туда и обратно	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 3x10м 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	Броски мяча в стенку с 3 м. и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	19	18	18	17	17	16
		20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17
		22	20	20	19	19	19

Диагностическая карта контроля уровня обученности группы №

(ФИО педагога)

Месяц, год

№ п/п	ФИ	Теоретич. знания	Практич. умения и навыки				Участие в творческих конкурсах/выставках	Итого
-------	----	------------------	--------------------------	--	--	--	--	-------

1.								
2.								
3.								

Критерии оценки показателей обучающихся по образовательной программе « Баскетбол»

Критерии-

Уровни оценки и интерпретация результатов

«высокий уровень»: испытание выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; воспитанник продемонстрировал высокий уровень освоения основных умений и навыков по специальной технической, тактической и физической подготовке согласно нормативам, приведённым в таблице.

«средний уровень»: испытание выполнено в соответствии с заданием, правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; воспитанник продемонстрировал уровень освоения основных умений и навыков по специальной, технической, тактической и физической подготовке согласно нормативам, приведённым в таблице.

«низкий уровень»: испытание выполнено с ошибками; воспитанник продемонстрировал низкий уровень освоения основных умений и навыков по специальной технической, тактической и физической подготовке согласно нормативам, приведённым в таблице.

7. Методическое обеспечение образовательной программы

№ п/п	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно- воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов

Педагог использует методы обучения (можно использовать другие классификации):

Словесные:

Наглядные:

Практические:

Применяемые педагогические технологии:.....

Условия реализации программы

8. Кадровое обеспечение

9. Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы необходимо: баскетбольные кольца, мячи баскетбольные, гимнастические маты, скакалки, мячи набивные, аптечка, свисток.

10. Информационное обеспечение

10. Список литературы

Для педагога:

1. Ильинский, В.С. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. Москва. Советский спорт, 2019 г. – 114 с.
2. Гомельский, А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. -Москва. 2018 г. – 357 с.

3. Грасис, А.И. Специальные упражнения баскетболистов – Москва, ФиС, 2020 г. 237 с.
4. Нестеровский, Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. –Москва. Академия. 2019 г. – 449 с.
5. Павлюченко, Я.В. Официальные правила баскетбола. –Москва. СпортАкадемПресс 2018г.-67 с.
6. Пинхолстер, А.А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – Москва, ФиС, 2018 г.-81 с.
7. Стонкус, С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов, -Москва, ФиС, 2018 г. - 95 с.
8. Кудряшов, В.П. Мирошникова, Т.И. Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2020 г.- 168 с.
9. Кузин, В.В. Полиеский, С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – Москва, ФиС, 2019 г. – 133 с.
10. Линдеберг, Ф.М. Баскетбол – игра и обучение – Москва, 2018 г. – 71 с.
11. Чернова, Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. -Самара 2018г. – 111 с.

Для детей и родителей:

1. Кузин, В.В. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Спортэл. - Москва. 2019 г. – 66 с.
2. Гатмен, Б.Д. Финнеган Т.Т. Все о тренировке юного баскетболиста. -Москва. АСТ.2019 г – 93 с.
3. Джерри, В.Р. Краузе, Д.Ж., Мейер, Д.С. Баскетбол навыки и упражнения.. -М. АСТ. 2018 г. – 160 с.
4. Гатмен, Б.Д. Все о тренировке юного баскетболиста. -Москва: АСТ "Астрель", 2020 г. – 226 с.
5. Гомельский, А. Я. Баскетбол. Секреты мастера. -Москва: Агенство "ФАИ", 2020 г. – 238 с.
6. Гомельский, А.Я. Как играть в Баскетбол. – Москва. "Эксмо" 2019 г. – 193 с.
7. Голованов, В.М. Баскетбол. 10 вопросов детскому тренеру.- Санкт-Петербург "Литера", 2020 г. – 530 с. – 530 с.
8. Иванов, А. Ф. Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой. – СанктПетербург. "Спорт", 2018 г. – 308 с.
9. Родин, А. В. Баскетбол в университете. – Москва. "Советский спорт", 2019 г.-101 с.
10. Романов, Н. С. Бегайте быстрее, дольше и без травм. –Астрахань. "Манн, Иванов и Фербер", 2018 г. – 99 с.
11. Усольцева, О.Ю. Баскетбол. Спортивные энциклопедии. – Москва. "Эксмо", 2020 г. – 341 с.
12. Гомельский, А. Я. Библия баскетбола. - Москва. "Эксмо", 2018 г. – 409 с.
13. Петровский, М.В. Программа по баскетболу. -Москва, "Советский спорт", 2018 г. – 81 с.

Интернет-ресурсы:

1. www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола.
2. www.fibaeurope.com - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола.
3. www.basket.ru -Вэб-сайт Российской федерации баскетбола.
4. www.pro100basket.ru - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России.
5. www.mbl.su - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги.
6. www.cskabasket.com - Вэб-сайт ПБК "ЦСКА" Москва.
7. www.vtb-league.com Вэб-сайт лиги ВТБ.
8. www.euroleague.net - Вэб-сайт Евролиги.

