


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МО «СУДОГОДСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СУДОГОДСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

РАССМОТРЕНО на МС школы Протокол № 1 от «11» 08 2023г. Руководитель МС <u>Кочур</u>	 <p>УТВЕРЖДАЮ Директор школы Н.Г. Куликова Приказ № 07/129 от «11» 08 2023 г.</p>
---	---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Баскетбол»

Физкультурно-спортивной направленности

Уровень сложности - базовый

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Панкратов Иван
Александрович,
педагог дополнительного образования

Судогда, 2023

Оглавление

	Страницы
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы
• Пояснительная записка	2
• Цели и задачи	3
• Планируемые результаты	3
• Содержание программы (учебный план + содержание учебного плана)	4
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
• Календарный учебный график	9
• Условия реализации программы	9
• Формы аттестации	10
• Оценочные материалы	10
• Методические материалы	10
• Список использованной литературы	11

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Программа «Баскетбол» предназначен для учащихся 7-11 классов и рассчитан на 144 часа, 1 год обучения, 4 часа в неделю.

Направленность – физкультурно-спортивная

Уровень - базовый

Программа «Баскетбол» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой и разработана согласно требованиям следующих нормативно-правовых актов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года«
5. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016г.)
6. Распоряжение Правительства РФ от 15 мая 2023года №1230-р «Об утверждении прилагаемых изменений, которые вносятся в распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 мая 2022г. №678-р (Собрание законодательства РФ, 2022, №15, ст.2534)
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи));
9. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

Актуальность

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «Баскетбол».

Новизна программы состоит в ее комплексности, которая дает возможность учащимся осуществить осознанный выбор деятельности, помочь определить профессию и, может быть, жизненный путь

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

В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Ребята, успешно усвоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного уровня.

Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах, позволит учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры.

Отличительные особенности программы в том, что она позволяет учащимся, имеющим первичные навыки игры в баскетбол развивать и совершенствовать их, приобретать новый опыт, приобщаться к регулярным занятиям спортом.

Сроки реализации программы - 1 год.

Возраст детей, участвующих в реализации данной Программы: 14-17 лет

Форма занятий: очная.

Режим и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Количество занятий и учебных часов в неделю: 4 часа в неделю

Общий объем реализации программы: 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Количество обучающихся в объединении, их возрастные категории: 15 человек из 7-11 классов.

Цель программы - формирование физической культуры занимающихся.

Задачи:

1. Обучающие:

- обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в баскетбол и игрового опыта;
- обучение практическим навыкам организации и судейства соревнований по баскетболу;
- обучение правилам безопасного поведения, профилактике травматизма

2. Развивающие:

- развитие игрового мышления на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья учащихся.

3. Воспитательные:

- сформировать потребность в систематических занятиях спортом и ЗОЖ;
- воспитать моральные и волевые качества;
- воспитать коммуникативные качества.

Планируемые результаты программы:

личностные результаты:

- мгновенно оценивать обстановку;
- действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации;
- проявления высокой самостоятельности;
- умение управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями;

- умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации уч-ся.

Метапредметные:

Регулятивные

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятий;
- Учиться работать по определенному алгоритму;
- Адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные

- Умение оформлять свои мысли в устной форме;
- Слушать и понимать речь других;
- Учиться работать в паре, группе, выполнять различные роли;
- Участвовать в коллективном обсуждении.

Познавательные

- Уметь делать выводы в результате совместной работы учителя и учащихся;
- Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Активно включаться в процесс по выполнению заданий;
- Выражать творческое отношение к выполнению заданий.

Предметные:

- формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;
- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к учащимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь учащимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	2	1	1	
2.	Техника передвижения при нападении.	2	1	1	
3.	Тактика нападения.	2	1	1	
4.	Индивидуальные действия без мяча.	2	1	1	
5.	Контрольные испытания.	2	1	1	
6.	Учебная игра. ОФП	4	1	3	

7.	Техника передвижения приставными шагами.	2	1	1	
8.	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	2	1	1	
9.	Индивидуальные действия при нападении.	2	1	1	
10	Учебная игра.	4	2	2	
11	Единая спортивная классификация. ОФП	2	1	1	
12	Прыжки толчком с двух ног.	2	1	1	
13	Специальная физическая подготовка.	2	1	1	
14- 15	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	2	1	1	
16.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	2	1	1	
17.	Учебная игра.	4	1	3	
1 8 .	Личная и общественная гигиена. ОФП	2	1	1	
19.	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	2	1	1	
20.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	2	1	1	
21.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	2	1	1	
22.	Учебная игра.	4		4	
23.	Закаливание организма спортсмена. ОФП	2		2	
24.	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	4	1	3	
25- 26.	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	2		2	
27- 28.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	2		2	
29- 30.	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	2		2	
31.	Контрольные испытания.	2		2	
32.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	2	1	1	
33.	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	2		2	
34.	Командные действия в нападении.	2		2	
35.	Многократное выполнение технических приемов.	2		2	
36.	Самоконтроль в процессе занятий спортом.	2	1	1	

	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.				
37.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	4	1	3	
38.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	2	1	1	
39.	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	2	1	1	
40.	СФП	2	2		
41.	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	2	1	1	
42.	ОФП	2		2	
43.	Бросок мяча одной рукой от плеча.	4	2	2	
44.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	2		2	
45.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	2		2	
46.	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	2	1	1	
47.	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	2		2	
48.	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	2		2	
49.	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия.	2		2	
50.	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	2		2	
51.	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	2		2	
52.	Методы спортивной тренировки. ОФП	2	1	1	
53.	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	2	1	1	
54.	Ведение мяча с переводом на другую руку.	2		2	
55.	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	2		2	
56.	Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов.	2		2	
57.	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	2		2	
58.	Чередование упражнений на развитие	2		2	

	специальных физических качеств.				
59.	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра.	2		2	
60.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	2		2	
61.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	2	1	1	
62.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	2		2	
63.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	2		2	
64.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	2	1	1	
65.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	2	1	1	
66.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	2	1	1	
67.	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	2		2	
68.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	2	1	1	
		144	39	105	

Содержание

Теоретическая подготовка.

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

1.2. Подвижные игры.

1.3. Эстафеты.

- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка.

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка.

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:

- с разной скоростью;
- в одном и в разных направлениях.

- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полукотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.

- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	1	36	72	144	2 раза в неделю

Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение

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

Информационное обеспечение

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2006г.

4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.

Кадровое обеспечение программы

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее физкультурно-спортивной направленности направленности, и отвечающим квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Формы аттестации

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончании курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований.

Оценочные материалы.

№	Тесты	Оценка					
		«5»		«4»		«3»	
		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 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 3м 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

Методические материалы:

- вербальные (беседы, анализ проделанной работы (итоги соревнований, результаты контрольно-переводных нормативов);
- наглядные (демонстрация иллюстративного материала, просмотр наглядных видео пособий по лыжным гонкам, просмотр технических характеристик лыжных ходов)
- практические (наблюдения, тренировочный процесс, анализ проделанной работы)

Список используемой литературы:

Для педагога:

1. Портнов Ю.М., академик РАО, профессор; Башкирова В.Г., заслуженный тренер РФ; Луничкин В.Г., профессор, заслуженный тренер РФ; Духовный М.И., заслуженный тренер РФ. Программа для детско-юношеских спортивных школ по баскетболу. Москва. «Советский спорт», 2004.
2. Нестеровский Д.И. «Баскетбол. Теория и методика обучения» Москва; «Академия», 2007.
3. Губа В.П., Фолин С.Г. «Особенности отбора в баскетболе» Москва; «ФиС», 2006.
4. Гомельский А.Я. «Управление командой в баскетболе» «ФиС», 1976.
5. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. Москва, «ФиС», 1997.
6. Грасис А.М. «Специальные упражнения баскетболистов», Москва; «ФиС», 1977.
7. Вуден Д. Современный баскетбол/Сокр.пер. с англ. Яхонтова Е.Р., Москва; «ФиС» 1987.
8. Колос В.М. Баскетбол: теория, практика. Минск, 1988.
9. Костикова Л.В. Баскетбол. Азбука спорта. Москва, 2002.
10. Коузи Б., Пауэр Ф. Баскетбол: концепции и анализ/Сокр. пер. с англ. Яхонтова Е.Р., Москва, «ФиС», 1975.
11. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. Москва
12. Луничкин В., Чернов С., Чернышев С. Тактика позиционного нападения против личной защиты: Метод.пособие для тренеров ДЮСШ. Москва, 2002.
13. Луничкин В.А., Чернышов С.Н. Тактика позиционного нападения против личной защиты. Москва, 2002.
14. Сортэл Н. Баскетбол: первые шаги/Пер. с англ. Москва, 2002.
15. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: техника, тактика обучения: Учебник для студ.высш.пед.учеб.заведений. Москва, 2001.
16. Чернова Е.А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод.рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. Москва, 2001.
17. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации для тренеров, работающих с группами начальной подготовки по баскетболу. Москва, 2002.
18. Чернова Е.А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов. Москва, 2001.
19. Чернова Е.А., Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами в системе подготовки баскетболистов. Москва, 2003.

Для обучающихся:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2006г.
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г.
7. Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989.