

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛИЦЕЙ № 1 Г. ИНТЫ»
«1 №-А ЛИЦЕЙ ИНТА КАР» МУНИЦИПАЛЬНОЙ ВЕЛОДАН СЪӨМКУД
УЧРЕЖДЕНИЕ**

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом Лицея
Протокол №1 от 31.08.2021

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Лицей №1 г. Инты»
Ж.И. Ризельян
Приказ от 31.08.2021 №215



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Уровень: основное общее образование, среднее общее образование

Возраст учащихся: 14-18 лет (девушки)

Срок реализации: 1 год (68 часов)

Направленность образовательной программы – физкультурно-спортивная

Автор-составитель рабочей программы:
Дейкало И.В.,
педагог дополнительного образования

г. Инта, Республика Коми
2021 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, позволяет решить задачи по физическому воспитанию школьников. Преимущества этой общедоступной спортивной игры – в простоте оборудования мест занятий, в зрелищности и эмоциональности, в красоте и обилии тактических игровых вариантов. Игра требует от участников хорошей координации движений, ловкости, гибкости, физической силы, проявления смелости и сообразительности.

Занятия баскетболом – эффективное средство укрепления здоровья, улучшения физического развития учащихся. В баскетбол можно играть круглый год, как в спортивном зале, так, и на свежем воздухе.

Нормативно-правовые основы разработки программы:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р)⁴
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»;
- Приказ Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п;
- Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);
- Приложением к письму Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных-дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Локальные акты МБОУ «Лицей №1 г. Инты».

Актуальность и новизна: на уроках физической культуры учащиеся получают определенные навыки игры в баскетбол, но для этого в учебной программе отведено недостаточное количество часов, для того, чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Посещение секции по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» позволяет учащимся получить определённые навыки игры в баскетбол. Эти занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий баскетболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Занятия в секции рассчитаны на учащихся 8 - 11 классов и реализуются в течение учебного года.

Адресат программы - программа рассчитана на обучение учащихся в возрасте от 14 до 18 лет и составлена с учётом индивидуальных особенностей детей. Данная группа состоит из девушек.

Объем программы – 68 часов.

Режим занятий – осуществляется 1 раз в неделю, продолжительность занятия по 2 академических часа. Количество детей в группе 15 человек.

Основная форма тренировочного процесса – групповая, индивидуальная и командная.

Сроки реализации программы «Баскетбол»:

Данная программа краткосрочная, рассчитана на 1 год обучения. Всего программа рассчитана на 68 часов.

Принципы набора: добровольность, заинтересованность, школьный возраст, наличие медицинского доступа к занятиям.

Цель программы – углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи программы:

обучающие

1. Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

воспитательные

2. содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;

3. воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;

развивающие

4. способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости

5. развивать координационные способности и силу воли.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностях детей **14-18 лет**.

Методы обучения:

словесные методы – беседа, рассказ, лекция;

наглядные методы – показ, демонстрация плакатов, схем, использование технических средств, видеопрезентации;

практические методы – игровой, соревновательный, тестирование, метод круговой тренировки. Все технические действия изучаются и закрепляются в спортивно-игровой форме.

По окончании обучения занимающийся должен:

Знать:

- технику безопасности на занятиях по баскетболу;
- основы знаний о здоровом образе жизни;
- историю развития вида спорта «баскетбол»;
- правила игры в баскетбол;
- тактические приемы в баскетболе;

Уметь:

- владеть основными техническими приемами баскетболиста;
- проводить судейство матча;
- проводить разминку, организовать проведение подвижных игр.

Результаты освоения программы «Баскетбол»:

Личностные результаты:

- положительное отношение к занятиям;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Результативность полученных знаний и умений будут определяться в соревнованиях. Занятия проводятся в спортивном зале Лицея.

Формы подведения итоговой аттестации реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол». По окончании курса

учащиеся получают возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий баскетболом, сформировать первичные навыки судейства. Формой подведения итогов являются тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы. Результативность полученных знаний и умений будет определяться в соревнованиях.

Тематическое планирование

№	Тема занятий	Знать	Уметь	Количество часов
1	Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте	выполнять изучаемые упражнения	1
2	Техника передачи мяча одной рукой от плеча	технику передачи мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, повороты на месте, ведение мяча в движении	выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете	1
3	Техника передачи мяча двумя руками над головой	технику передачи мяча двумя руками над головой	выполнять передачи одной и двумя руками, повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди	1
4	Техника передачи мяча двумя руками в движении	технику передачи мяча двумя руками в движении; правила игры	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч»	1
5	Техника броска после ведения мяча	технику броска после ведения	выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
6	Техника поворота в движении	технику поворота в движении	выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине	1
7	Техника ловли мяча, отскочившего	технику ловли мяча, отскочившего от щита	выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в движении, броски с места,	1

	от щита		применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке	
8	Техника броска в движении после ловли мяча	технику броска в движении после ловли мяча	выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке	1
9	Техника броска в прыжке с места	технику броска в прыжке с места	выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке	1
10	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	технику передачи мяча одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра	1
11	Техника передачи мяча на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	технику передачи мяча на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
12	Техническая подготовка	технику зачетных упражнений	выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
13	Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	техника передачи и бросков в движении; опеки игрока без мяча	выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
14	Техника ведения и передач в движении	технику ведения и передач в движении	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 x 2, бросок; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
15	Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим	технику передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в	1

	действием на передачу		учебной игре	
16	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	технику отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
17	Техника отвлекающих действий на бросок	технику отвлекающих действий на бросок	выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре	1
18	Техника передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	технику передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат	1
19	Техника выбивания мяча после ведения	технику выбивания мяча после ведения	выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении	1
20	Техника атаки двух нападающих против одного защитника	технику атаки двух нападающих против одного защитника	выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра	1
21	Техника выбивания мяча при ведении	технику изучаемых приемов	выполнять изучаемый прием в парах выбивание мяча при ведении; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Учебная игра	1
22	Техника передач одной рукой с поворотом	технику изучаемых приемов	Передачи одной рукой с поворотом; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра	1
23	Прием нормативов по технической подготовке	выполнять на результат	штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска	1
24	Техника передач в	технику изучаемых	повторить выбивание мяча при ведении, бег с ускорением по	1

	движении в парах	приемов	одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; передачи в движении в парах; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах, игроки соревнуются между собой. Учебная игра	
25	Техника передач в тройках в движении	технику изучаемых приемов	передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра	1
26	Техника передач в тройках в движении	технику изучаемых приемов	передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра	1
27	Техника передач в движении	технику изучаемых приемов	передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 х 1; 3 х 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра	1
28	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 х 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах; Учебная игра	1
29	Техника передач мяча	технику изучаемых приемов	передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная игра	1
30	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	технику изучаемых приемов	передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра	1
31	Техника передач в движении, нападение через центрального игрока	технику изучаемых приемов	передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра	1
32	Техника нападения	технику изучаемых	ведение мяча и выбивание;	1

	через центрального, входящего в область штрафной площадки	приемов	нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча. Учебная игра	
33	Закрепление через центрального, заслоны	технику изучаемых приемов	броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра	1
34	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»	технику изучаемых приемов	передачи; нападение «тройкой» - подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра	1
35	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»	технику изучаемых приемов	Передачи; нападение «тройкой» - подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра	1
36	Прием нормативов по технической подготовке	выполнить на результат	штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска	1
37	Техника комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	технику изучаемых приемов	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний	1
38	Техника комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны	технику изучаемых приемов	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний	1
39	Техника и тактика в игре, броски	технику изучаемых приемов	Учебная игра. Броски	1
40	Техника и тактика игры, броски	технику изучаемых приемов	Учебная игра. Броски	1

41	Техника быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	технику изучаемых приемов	«Салки» мячом»; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски. Учебная игра	1
42	Техника быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	технику изучаемых приемов	«Салки» мячом»; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски. Учебная игра	1
43	Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального	технику изучаемых приемов	«Салки»; Встречная эстафета с передачами; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра	1
44	Техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока	технику изучаемых приемов	«Салки»; Встречная эстафета с передачами; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра	1
45	Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	технику изучаемых приемов	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении. Учебная игра	1
46	Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	технику изучаемых приемов	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении. Учебная игра	1
47	Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	технику изучаемых приемов	Накрывание мяча при броске; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра	1
48	Техника накрывания мяча	технику изучаемых приемов	Накрывание мяча при броске; наведение защитника на	1

	при броске, наведение защитника на центрального игрока	приемов	центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра	
49	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра	1
50	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра	1
51	Техника высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	технику изучаемых приемов	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра	1
52	Техника высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	технику изучаемых приемов	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов. Учебная игра	1
53	Техника передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	технику изучаемых приемов	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20. Учебная игра	1
54	Техника передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	технику изучаемых приемов	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20. Учебная игра	1
55	Закрепление пройденного материала	технику изучаемых приемов	Учебная игра. Общая физическая подготовка	1
56	Закрепление пройденного материала	технику изучаемых приемов	Учебная игра. Общая физическая подготовка	1
57	Техника ведения на максимальной	технику изучаемых приемов	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная	1

	скорости		опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра	
58	Техника ведения на максимальной скорости	технику изучаемых приемов	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра	1
59	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	выполнить на результат	Бег челночным способом, бег на 30 м. с максимальной скоростью	1
60	Техника добивания мяча в корзину	технику изучаемых приемов	Добивание мяча в корзину; переключения – подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра	1
61	Техника передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	технику изучаемых приемов	Передачи в парах; нападение в тройкой с активным заслоном; броски с сопротивлением. Учебная игра	1
62	Техника бросков и передач в движении	технику изучаемых приемов	Броски и передачи в движении; плотная опека на $\frac{3}{4}$ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния	1
63	Техника ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	технику изучаемых приемов	Ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча. Учебная игра	1
64	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	Борьбы за мяч, отскочившего от щита выполняется на двух щитах; зонная защита 2+1+2 и игра против, броски с места с расстояния 6 – 7 м. Учебная игра	1
65	Техника бросков в движении	технику изучаемых приемов	Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах. Учебная игра	1
66	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	выполнить на результат	Сдача нормативов. Учебная игра	1
67	Совершенствование в технических приемах	технику изучаемых приемов	Технические приемы; ловля мяча двумя руками с полупрыжка в движении;	1

			зонная защита 1+3+1; вбрасывание мяча из-за боковой линии с наведением на двух центровых. Учебная игра	
68	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовке	технику технических приемов	Учебная игра	1

Учебный план секции «Баскетбол»

№	Виды подготовки	Кол-во часов (8-11 класс)
1	Теоретическая подготовка	8 часов
2	Общая физическая подготовка	4 часа
3	Специальная физическая подготовка	4 часа
4	Техническая подготовка	41 часа
5	Тактическая подготовка	9 часов
6	Товарищеские игры	2 часа
		68 часов

Ожидаемые результаты 2021/2022 учебного года

- развить собственную силу, быстроту, игровую координацию, ловкость; организованность и дисциплину;
- умение воспитывать самостоятельность и активность;
- умение выполнять технику баскетбольных элементов;
- умение использовать технику владения мячом;
- развитие морально-волевых качеств: сдержанности, уважительного отношения к сопернику;
- овладение групповыми и командными действиями.

Сформировать команды 8-х, 9-х, 10-11-х классов для участия в муниципальных соревнованиях.

В процессе календарных игр показать результативность (максимально каждым игроком). Занять призовое место.

Удержать лидерство команды среди команд города, принять участие в товарищеских играх спартакиады Лицея.

Техническая подготовка:

Занимающийся в секции должен:

- овладеть основными известными современному баскетболу приемами игры и уметь применять их в различных игровых ситуациях;
- уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных ситуациях;
- овладеть комплексом приемов, которыми в игре чаще приходится пользоваться, выполнять с наибольшим эффектом с учетом индивидуальных особенностей;
- постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

Тактическая подготовка:

- улучшить индивидуальные действия и типовые взаимодействия с игроками команды;
- развить быстроту сложных реакций, внимательность, ориентировку в пространстве, сообразительность, творческую инициативу.

Способы проверки результатов обучения и формы подведения итогов:

В течение всего периода педагог ведет наблюдение за развитием каждого занимающегося.

Применяются такие критерии, как:

- текущая рефлексия, достигнутая занимающимся в процессе выполненного двигательного упражнения;
- участие в соревнованиях;
- реализация двигательного потенциала каждым занимающимся.

Список используемой литературы:

1. Программа дисциплины «Теория и методика баскетбола» для вузов физической культуры. Под редакцией Ю.М. Портнова. –М., 2014 .
2. «Баскетбол». Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. Под редакцией Ю.Д. Железняк. -М.,1984.
3. «Баскетбол». Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. Под редакцией Ю.М. Портнова, -М., Изд. «Советский спорт», 2004, -100 с.
4. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.
5. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский , баскетбол в школе, М - «Просвещение» 1989 г.
6. Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов Юный баскетболист, М - «Физкультура и спорт» 1979 г. А.Г. Фурманов Волейбол в школе, Киев - 1987 г.
7. Э. Найминова Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г. Л.П.
8. Матвеев Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.
1. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич, Москва. «Просвещение» 2008г.
2. Государственная программа Министерства образования и науки РФ по физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2010г.