Подписано: Донченко Ирина Викторовна (Директор), МАОУ СОШ № 4 Г.ЧЕРНЯХОВСКА
Сертификат № 01D71F1BF0707980000000072C4B0002, до 22.03.2022, УЦ ООО "АСТРАЛ-М"

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КАЛИНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4 г.Черняховска
Калининградской области»

238150, РФ, Калининградская обл., г.Черняховск, ул.Курчатова, д.1
тел./факс: (40141)32271 E-mail: optimist-4@yandex.ru

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
МАОУ СОШ № 4 г.Черняховска,
протокол № 9 от 18 июня 2021 года

Утверждено
приказом директора
МАОУ СОШ № 4 г.Черняховска
от 18 июня 2021 года № 185-ОД

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Косова Наталья Леонидовна,
учитель физической культуры

г. Черняховск, 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

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.

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Баскетбол представляет уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного развития детей: развития познавательных процессов, выработка воли и характера, воспитание чувств коллективизма. В процессе игры дети учатся управлять своими эмоциями, кроме этого в игру в баскетбол можно отнести к одному из средств активного отдыха.

Отличительная особенность программа заключается в том, что она разработана для разновозрастных групп и разного уровня подготовки занимающихся.

Адресат Программы

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10 - 17 лет.

Объем и срок освоения Программы

Срок освоения программы – 3 года.

На полное освоение программы требуется 432 часов, включая учебно-тренировочные игры.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, командные формы работы с детьми. Состав групп 15-20 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 144 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 4 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность применения данной Программы по баскетболу в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

– доступностью игры для любого возраста;

–возможностью использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;

- высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

Реализация данной программы является конечным результатом.

Практическая значимость

Освоение Программы способствует приобретению обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни.

Ведущая теоретическая идея - расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;

Баскетбо́л (англ. basket «корзина» + ball «мяч») — спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в корзину (кольцо) соперника. В **баскетбол** играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (замены не ограничены).

ЗОЖ — образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.

Команда — группа лиц, объединённая общими мотивами, интересами, идеалами, действующая сообща. Участники команды объединены поддержкой друг друга и несут коллективную ответственность за результат деятельности всей команды.

Цель дополнительной общеразвивающей Программы: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в баскетбол среди обучающихся школы, пропаганда ЗОЖ.

Задачи Программы:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в волейболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение техники передач, ведения, бросков и остановок мяча;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Основные формы и методы:

Каждое занятие условно разбивается на 3 части:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, планирование и инструктаж по технике безопасности.

2 часть – разминка (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Выполняется комплекс упражнений на общефизическую подготовку. Затем отрабатывается технические элементы и тактические индивидуальные или командные действия.

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Одна из форм проведения занятий – учебно-тренировочная игра, в рамках которой решаются конкретные практические задачи в вариативных условиях игровой деятельности, при противодействии игроков команды соперника.

Техника игры в баскетбол подразделяется на две части: техника игры в нападении и техника игры в защите. К технике нападения относятся: передвижения, прыжки, остановки , повороты, ловля и передача мяча, броски в корзину, ведения мяча и финты. К технике защиты – техника передвижений и техника противодействия и овладение мячом. Передвижения в баскетболе, как в нападении, так и в защите, идентичны, но с некоторой спецификой, заключающейся в более низком или высоком положений стойки игрока.

Планируемые результаты:

Образовательные результаты – характеризуют умение и опыт воспитанников, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения Программы. В образовательной сфере планируемыми результатами является:

- овладение знаниями о басктболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- овладение навыками и умениями в данной деятельности, самостоятельной организацией занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.
- умение работать в команде**:** находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

. **Механизм оценивания образовательных результатов:**

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков игры, техники выполнения технических приемов.

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением.

- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание алгоритма выполнения технических упражнений.

- Высокий уровень. Четко самостоятельно выполняет все технические упражнения.

Формы подведения итогов реализации программы

Эффективность программы основывается на результатах обучения, которые проявляются в ходе контроля качества знаний, умений и навыков обучающихся.

Основными формами подведения итогов реализации программы являются тестирование и самоанализ обучающимися своих достижений и высоких результатов.

Оцениваются знания, умения и навыки обучающихся по 3-бальной системе: минимальной, общий, продвинутый уровни усвоения знаний и практических умений и навыков.

Формы подведения итогов реализации Программы:

- Оценка успешности участия в соревнованиях «Янтарный мяч»
- Оценка успешности участия в соревнованиях «Бакетбол»

В конце учебного года на итоговом занятии лучшие спортсмены награждаются дипломами.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устав МАОУ СОШ № (далее – Учреждение), положение «О дополнительных общеразвивающих программах», утвержденного И.В.Донченко, директором Учреждения, приказ от 24.06.2019г. № 248-ОД. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся,

выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1-ый год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	*Основы знаний* ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Правила игры, организация и проведение соревнований. Краткие исторические сведения о развитии баскетбола. Места занятий, оборудование, инвентарь. Гигиена тренировочного занятия и спортсмена. ЗОЖ, режим дня. Врачебный контроль.	5	5		Устный опрос, тестирование
2	Общая физическая подготовка.	80		80	Мониторинг развития физических качеств
3	Специально-техническая подготовка.	53		53	Мониторинг сформированности двигательных умений и навыков
4	ТТМ	5		5	Участие в соревновательной деятельности
5	Контрольные нормативы и участие в соревнованиях.	6		6	Мониторинг развития физических качеств
	ИТОГО:	144	5	139	

Задачи Программы 1-ого года обучения.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;

- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение передач, ведения, бросков мяча в баскетболе;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1год обучения (144 часа, 4часа в неделю)

Основы знаний(5 час) ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом.
Правила игры, организация и проведение соревнований.
Краткие исторические сведения о развитии баскетбола.
Места занятий, оборудование, инвентарь. Гигиена тренировочного занятия и спортсмена.
ЗОЖ, режим дня. Врачебный контроль.

Общая физическая подготовка (70 часов) Упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. Основным средством этого раздела являются специальные подготовительные упражнения, которые развивают физические качества, необходимые для обучения игры в баскетбол: общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до 10 минут. Прыжки со скакалкой. Комбинированные беговые и прыжковые упражнения.

Специально-техническая подготовка.(53часа). Представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры, основам судейства. Одним из ведущих приёмов в обучении является выделение и разучивание основы технического или тактического действия: техника передвижений, остановок, поворотов и стоек; передач, ведения, бросков мяча в баскетболе; овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей; закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей; освоение тактики игры.

ТТМ(5часов) навыки выполнения соревновательных действий, которые позволили бы обучающемуся с наибольшей эффективностью использовать его возможности в состязаниях.

Контрольные нормативы и соревнования(6 час)
Сдача контрольных нормативов 3 раза в год

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2-ой год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	*Основы знаний* ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Основы методики тренировки баскетболиста. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена - баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста. Врачебный контроль. Психологическая подготовка баскетболиста	6	6		Устный опрос, тестирование
2	Общая физическая подготовка.	65		65	Мониторинг развития физических качеств
3	Специально-техническая подготовка.	57		57	Мониторинг сформированности двигательных умений и навыков
4	ТТМ	10		10	Участие в соревновательной деятельности
5	Контрольные нормативы	6		6	Мониторинг развития физических качеств
	Итого	**144**	**4**	**140**	

Задачи Программы 2-ого года обучения.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение передач, ведения, бросков мяча в баскетболе;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (144 часа, 4часа в неделю)

Основы знаний(6 часов)

ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Основы методики тренировки баскетболиста. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена - баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста. Врачебный контроль. Роль ФУ в формировании телосложения и осанки Психологическая подготовка баскетболиста

Общая физическая подготовка(65часов)

Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до 10 минут. Прыжки со скакалкой.

Комбинированные беговые и прыжковые упражнения: с перемещением из различных исходных положений, бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег, эстафеты с быстрым изменением характера, прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей

Специально-техническая подготовка (57 часов.)

Описание технических приемов в передачах мяча, ведении и бросках по кольцу. Описание тактических приемов, взаимодействий.

Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча вокруг туловища, с обводкой стоек, прыжками, подлезаниями.

Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи в парах одного или двух мячей. Броски мяча в щит после ведения, броски в кольцо после ведения. Броски в кольцо из различных точек, штрафной бросок. Ловля после отскока от щита. Тактические действия в защите: держание игрока с мячом, вырывание и выбивание мяча, держание игрока с мячом при передачах, при ведении мяча, при броске в корзину. Личная система защиты. Командное нападение. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание. Тактические действия в нападении: приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Бросок одной и двумя руками в прыжке.

ТТМ (5часов) навыки выполнения соревновательных действий, которые позволили бы обучающемуся с наибольшей эффективностью использовать его возможности в состязаниях. Игры внутри группы Игры с сильным и слабым противником. Товарищеские игры с командой другой школы. Участие в соревнованиях

Контрольные нормативы (6 часов)

Сдача контрольных нормативов 3 раза в год

.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3-ий год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	*Основы знаний* ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Основы здорового образа жизни. Дозирование физических нагрузок. Способы восстановления после физической нагрузки.	4	4		Устный опрос, тестирование
2	Общая физическая подготовка.	52		52	Мониторинг развития физических качеств
3	Специально-техническая подготовка.	70		70	Мониторинг сформированности двигательных умений и навыков
4	ТТМ	12		12	Участие в соревновательной деятельности
5	Контрольные нормативы	6		6	Мониторинг развития физических качеств
	ИТОГО:	144	4	140	

Задачи Программы 3-его года обучения.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение передач, ведения, бросков мяча в баскетболе;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения (144 часа, 4часа в неделю)

Основы знаний(4 часа)

ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Основы здорового образа жизни. Дозирование физических нагрузок. Способы восстановления после физической нагрузки.

Общая физическая подготовка(42 часа)

Бег: повторный бег на дистанции 50-150 м, переменный бег, варианты челночного бега. Прыжки: в длину с места, с разбега, тройной, пятерной с места, многоскоки, прыжки через скакалку. Броски набивного мяча из различных положений. Силовые упражнения с отягощением для рук и для ног: подтягивание на перекладине из виса (м), из виса лёжа (д), передвижение в висах и упорах, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, упражнения для мышц спины и брюшного пресса, поднимание прямых ног из виса. Ловля и передача малых набивных, теннисных мячей. Круговая тренировка.

Специально-техническая подготовка(70 часов)

Изучение и совершенствование технических приемов игры в нападении: ведение мяча с изменением направления, без зрительного контроля, бросок мяча одной рукой от головы с места и в движении после ведения, с двух шагов. Передачи мяча разными способами в парах, в тройках на месте и в движении с сопротивлением. Сочетание приёмов передвижений и остановок, приёмов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Бросок одной рукой от плеча в прыжке; с сопротивлением. Ловля низких и катящихся мячей одной рукой. Ловля мяча на максимальной скорости передвижения, на максимальной высоте прыжка. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Ведение мяча на максимальной скорости. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Взаимодействие трёх игроков в нападении малая “восьмёрка”. Финты (на ведение, передачу, бросок), постановка заслона игроку с мячом и без, растягивание зоны, переход в контратаку. Взаимодействия двух игроков - передай мяч и выходи, заслон, наведение, пересечение. Раннее нападение. Анализ основных способов позиционного нападения: через центрового игрока, “восьмеркой”, “серией заслонов”.

Изучение и совершенствование технических приемов игры в защите: защитная стойка баскетболиста, опека игрока, выбивание и вырывание мяча, перехваты мяча, подбор мяча под кольцом (постановка спины). Борьба с заслоном (выход на вершину заслона, проскальзывание, обход). Персональная и зонная защита. Согласованные действия игроков команды, в перемещениях по всей площадке или на своей стороне: подстраховка, «ловушки», смена игроков. Смешанная защита. Прессинг.

Переход из защиты в контратаку. Взаимодействие двух игроков в защите через заслон. Взаимодействие трёх игроков в защите. Противодействие заслонам. Учебная игра.

ТТМ (12часов) навыки выполнения соревновательных действий, которые позволили бы обучающемуся с наибольшей эффективностью использовать его возможности в состязаниях. Игры внутри группы Игры с сильным и слабым противником. Товарищеские игры с командой другой школы. Участие в соревнованиях. Судейство школьных соревнований.

Контрольные нормативы(6часов).

Сдача контрольных нормативов 3 раза в год.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
2-ой год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	2	15.10-16.40	Теория	2	ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Основы здорового образа жизни.	Спорт площадка	
2		4	14.20-15.50	Практика	2	Сдача контрольных нормативов. Общая физическая подготовка	Спорт площадка	Тестирование
3		9	15.10-16.40	Практика	2	ОФП, Специальная физическая подготовка. Передачи в парах, ведение, броски.	Спорт площадка	Тестирование
4		11	14.20-15.50	Практика	2		Спорт площадка	
5		16	15.10-16.40	Практика	2	ОФП, Специальная физическая подготовка. Передачи в парах, ведение, броски.	Спорт площадка	Тестирование
6		18	14.20-15.50	Практика	2	ОФП, Специальная физическая подготовка. Передачи в парах, ведение, броски.	Спорт площадка	Тестирование
7		23	15.10-16.40	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
8		25	14.20-15.50	Практика	2	ОФП, Специальная физическая подготовка. Передачи в движении с сопротивлением.	Спорт площадка	
9		30	15.10-16.40	Практика	2	ОФП, Специальная физическая подготовка. Передачи в движении с	Спорт площадка	Тестирование

						сопротивлением.		
10	октябрь	2	14.20-15.50	Практика	2	Передачи в парах в движении. Броски по кольцу в движении. Учебная игра. ОФП. СФП.	спортзал	
11		7	15.10-16.40	Практика	2	Передачи в парах в движении. Броски по кольцу в движении. Учебная игра. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
12		9	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	Тестирование
13		14	15.10-16.40	Практика	2	Передачи и броски с сопротивлением. ОФП. СФП	спортзал	Тестирование
14		16	14.20-15.50	Теория	2	Передачи и броски с сопротивлением. ОФП. СФП	спортзал	
15		21	15.10-16.40	Практика	2	Ведение с изменением направления и скорости, с изменением высоты отскока. Передачи в тройках. Броски с сопротивлением. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
16		23	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	
17		28	15.10-16.40	Практика	2	Ведение с изменением направления и скорости, с изменением высоты отскока. Передачи в тройках. Броски с сопротивлением. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
18		30	14.20-15.50	Теория	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	спортзал	Контрольные нормативы
19		11	15.10-16.40	Практика	2	Броски и передачи в прыжке. Ведение с изменением направления и скорости, с изменением высоты отскока. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
20		13	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	Тестирование
21	ноябрь	18	15.10-16.40	Теория	2	Броски и передачи в прыжке. Ведение с изменением направления и скорости, с	спортзал	

						изменением высоты отскока. ОФП. СФП.		
22		20	14.20-15.50	Теория	2	Основы методики тренировки баскетболиста. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП	спортзал	Тестирование
23		25	15.10-16.40	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности.	спортзал	Тестирование
24		27	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	
25	декабрь	2	15.10-16.40	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности	спортзал	Тестирование
26		4	14.20-15.50	Практика	2	Ведение с сопротивлением. Быстрый прорыв. Учебная игра. ОФП. СФП.	спортзал	
27		9	15.10-16.40	Практика	2	Индивидуальные действия в нападении. Обводка соперника. Броски со средней дистанции. ОФП. СФП.	спортзал	
28		11	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	Тестирование
29		16	15.10-16.40	Практика	2	Индивидуальные действия в нападении. Обводка соперника. Броски со средней дистанции. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
30		18	14.20-15.50	Практика	2	Зонная защита. Броски в прыжке. ОФП. СФП	спортзал	
31		23	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	Тестирование
32		25		Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	спортзал	Тестирование
33		30	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	е
34	январь	6	15.10-16.40	Практика	2	Броски в кольцо из различных точек. Ловля после отскока от щита. Зонная защита. ОФП. СФП.	спортзал	Тестирование
35		8	14.20-15.50	Практика	2	Броски в кольцо из различных точек. Ловля после отскока от щита. Зонная	спортзал	Тестирование

						защита. ОФП. СФП.		
36		13	15.10-16.40	Теория	2	Броски в кольцо из различных точек. Ловля после отскока от щита. Зонная защита. ОФП. СФП.	спортзал	
37		15	14.20-15.50	Практика	2	Сдача контрольных нормативов. Общая физическая подготовка.	спортзал	Контрольные нормативы
38		20	15.10-16.40	Практика	2	Личная система защиты. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП	спортзал	
39		22	14.20-15.50	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности	спортзал	Результативно ть участия в соревновательн ой деятельности
40		27	15.10-16.40	Теория.	2	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена - баскетболиста. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
41		29	14.20-15.50	Практика	2	Персональная и зонная защита. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	
42	февраль	3	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	
43		5		Практика	2		спортзал	
44		10	15.10-16.40	Практика	2	Персональная и зонная защита. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	
45		12	14.20-15.50	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. СФП. Учебная игра .	спортзал	Контрольные нормативы
46		17	15.10-16.40	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. СФП. Учебная игра	спортзал	Тестирование
47		19	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	
48		24	15.10-16.40	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. СФП. Учебная игра	спортзал	
49		26	14.20-15.50	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. СФП. Учебная игра	спортзал	Тестирование

50		3	15.10-16.40	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности	спортзал	Результативно ть участия в соревновательн ой деятельности
51		5	14.20-15.50	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности	спортзал	
52		10	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	Контрольные нормативы
53	март	12	14.20-15.50	Практика	2	Переход из защиты в контратаку. Быстрый прорыв 2х1. ОФП. СФП. Учебная игра	спортзал	
54		17	15.10-16.40	Практика	2	Переход из защиты в контратаку. Быстрый прорыв 2х1. ОФП. СФП. Учебная игра	спортзал	Тестирование
55		19	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	
56		31	15.10-16.40	Практика	2	Быстрый прорыв 2х2. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
57		2	14.20-15.50	Практика	2	Быстрый прорыв 2х2. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
58		7	15.10-16.40	Практика	2	Быстрый прорыв 2х2. ОФП. СФП. Учебная игра.	спортзал	
59		9	14.20-15.50	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП	спортзал	Контрольные нормативы
60		14	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	Контрольные нормативы
61		16	14.20-15.50	Теория	2	Роль ФУ в формировании телосложения и осанки. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
62	апрель	21	15.10-16.40	Теория	2		спортзал	
63		23	14.20-15.50	Практика	2	Роль ФУ в формировании телосложения и осанки. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	
64		28	15.10-16.40	Практика	2	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Физическое совершенствование	спортзал	

						со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.		
65		30	14.20-15.50	Практика	2	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Результативно ть участия в соревновательн ой деятельности
66	май	5	15.10-16.40	Практика	2	Тактические действия в нападении. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
67		7	14.20-15.50	Практика	2		спортзал	
68		12	15.10-16.40	Практика	2		спортзал	
69		14	14.20-15.50	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
70		19	15.10-16.40	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
71		21	14.20-15.50	Практика	2	Общая физическая подготовка. Сдача контрольных нормативов	спортзал	Контрольные нормативы
72		26	15.10-16.40	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите. ОФП. Учебная игра.	спортзал	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

3год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма заняти	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	3	18.15-19.35	Теория	2	ТБ и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. Физическое совершенствование со	Спорт площадка	

						спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.		
2		5	12.10-13.40	Практика	2	Общая физическая подготовка. Сдача контрольных нормативов.	Спорт площадка	Контрольные нормативы
3		10	18.15-19.35	Практика	2	Ведение мяча с изменением направления, без зрительного контроля, бросок мяча одной рукой от головы с места и в движении после ведения, с двух шагов. ОФП. СФП	Спорт площадка	Тестирование
4		12	12.10-13.40	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
5		17	18.15-19.35	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в нападении. ОФП. Учебная игра.	Спорт площадка	Тестирование
6		19	12.10-13.40	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
7		24	18.15-19.35	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
8		26	12.10-13.40	Практика	2	Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча ОФП. Учебная игра.	Спорт площадка	Тестирование
9		1	18.15-19.35	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
10	октябрь	3	12.10-13.40	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	Спорт площадка	Тестирование
11		8	18.15-19.35	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
12		10	12.10-13.40	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
13		15	18.15-19.35	Практика	2	Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. ОФП. Учебная игра.	Спорт площадка	Тестирование
14		17	12.10-13.40	Практика	2		Спорт площадка	Контрольные нормативы
15		22	18.15-19.35	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
16		24	12.10-13.40	Практика	2	Позиционное нападение со сменой мест. ОФП. Учебная игра.	Спорт площадка	Тестирование
17		29	18.15-19.35	Практика	2		Спорт площадка	Тестирование
18		31	12.10-13.40	Практика	2		Спорт площадка	

19		12	18.15-19.35	Практика	2	Способы спортивно-тренировочной деятельности.	спортзал	Тестирование
20		14	12.10-13.40	Практика	2	Взаимодействие трёх игроков в нападении малая «восьмёрка». ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
21	ноябрь	19	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	Тестирование
22		21	12.10-13.40	Теория	2		спортзал	
23		26	18.15-19.35	Практика	2	Дозирование физических нагрузок. Физическое совершенствование со спортивной направленностью.	спортзал	Тестирование
24		28	12.10-13.40	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью.	спортзал	Тестирование
25	декабрь	3	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП Учебная игра.	спортзал	Тестирование
26		5	12.10-13.40	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП Учебная игра.	спортзал	Тестирование
27		10	18.15-19.35	Практика	2	Способы спортивно-соревновательной деятельности	спортзал	Результативность участия в соревновательной деятельности
28		12	12.10-13.40	Теория	2		спортзал	
29		17	18.15-19.35	Теория	2	Финты (на ведение, передачу, бросок), постановка заслона игроку с мячом и без, растягивание зоны, переход в контратаку. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
30		19	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	
31		24	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	
32		26	12.10-13.40	Практика	2	Взаимодействия двух игроков - передай мяч и выходи, заслон, наведение, пересечение. Раннее нападение. ОФП. Учебная игра.	спортзал	
33		30	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	Тестирование
34	январь	7	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
35		9	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	Тестирование

36		14	18.15-19.35	Теория	2	Судейство школьных соревнований.	спортзал	
37		16	12.10-13.40	Практика	2	Сдача контрольных нормативов. Общая физическая подготовка	спортзал	Контрольные нормативы
38		21	18.15-19.35	Практика	2	Раннее нападение. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
39		23	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	
40		28	18.15-19.35	Практика	2	Анализ основных способов нападения: через центрового игрока, «восьмеркой», «серией заслонов». ОФП. Учебная игра.	спортзал	
41		30	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	Контрольные нормативы
42	февраль	4	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	Тестирование
43		6	12.10-13.40	Практика	2	Анализ основных способов нападения: через центрового игрока, «восьмеркой», «серией заслонов». ОФП. Учебная игра.	спортзал	
44		11	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
45		13	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	
46		18	18.15-19.35	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
47		20	12.10-13.40	Практика	2	Совершенствование технических приемов игры в защите. ОФП. Учебная игра.	спортзал	
48		25	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	Тестирование
49		27	12.10-13.40	Практика	2	Способы восстановления после физической нагрузки. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
50	март	4	18.15-19.35	Практика	2	Способы спортивно-соревновательной деятельности.	спортзал	Результативность участия в соревновательной деятельности
51		6	12.10-13.40	Практика	2	Способы спортивно-соревновательной деятельности.	спортзал	
52		11	18.15-19.35	Практика	2		спортзал	
53		13	12.10-13.40	Теория	2	Персональная и	спортзал	

54		18	18.15-19.35	Практика	2	зонная защита. Круговая тренировка.	спортзал	
55		20	12.10-13.40	Теория	2	Дозирование физических нагрузок. Способы восстановления после физической нагрузки. ОФП.	спортзал	Тестирование
56		1	18.15-19.35	Практика	2	Персональная и зонная защита. Круговая тренировка.	спортзал	
57		3	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	Тестирование
58		8	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
59		10	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	
60		15	18.15-19.35	Практика	2	Согласованные действия игроков команды, в перемещениях по всей площадке или на своей стороне. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
61	апрель	17	12.10-13.40	Теория	2		спортзал	
62		22	18.15-19.35	Практика	2	Судейство школьных соревнований	спортзал	
63		24	12.10-13.40	Практика	2	Персональная и зонная защита. Круговая тренировка.	спортзал	Тестирование
64		29	18.15-19.35	Теория	2		спортзал	
65		30	12.10-13.40	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Контрольные нормативы
66		6	18.15-19.35	Практика	2	Способы спортивно-соревновательной деятельности	спортзал	Контрольные нормативы
67		8	12.10-13.40	Практика	2	Переход из защиты в контратаку. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Контрольные нормативы
68		13	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Контрольные нормативы
69	май	15	12.10-13.40	Практика	2		спортзал	
70		20	18.15-19.35	Практика	2	Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП. Учебная игра.	спортзал	Тестирование
71		22	12.10-13.40	Практика	2	Сдача контрольных нормативов . ОФП. Учебная игра. СФП.	спортзал	

72		27	18.15-19.35	Практика	2	Сдача контрольных нормативов . ОФП. Учебная игра. СФП.	спортзал	

Организационно-педагогические условия реализации программы

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

Материально – технические условия обеспечения

Основное оборудование:

Баскетбольные кольца -10
Гимнастические скамейки – 8
Гимнастический мостик – 1
Гимнастические маты – 8
Гимнастические скакалки – 25
Мячи баскетбольные — 30
Мячи набивные различной массы — 13
Насос ручной со штуцером — 1
Рулетка—1
Секундомер —1
Гантели, гири различной массы — 10

Основное оснащение:

Дидактические карточки
Набор плакатов
Презентации по темам
Видеофильмы
Учебные пособия по баскетболу
Сценарии спортивных праздников

Оценочные и методические материалы.

Содержание направлений мониторинга:

- мониторинг качества теоретических знаний;
- мониторинг личностного развития обучающихся;
- мониторинг командной игровой деятельности.

В течение первого полугодия и в конце года заполняется таблица «Качественная оценка результатов по разделам программы», где после изучения каждого раздела программы определяются критерии оценки уровня обученности детей по дополнительной общеобразовательной программе - оптимальный, хороший или допустимый:

- *оптимальный* (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы, имеет спортивные достижения на уровне города, области, России);
- *хороший* (полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);
- *допустимый* (освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

Мониторинг качества образования осуществляется ежегодно и разделяется на несколько этапов:

- *первичная диагностика* (проводится ежегодно в начале учебного года) – система тестовых заданий и выполнение нормативов ОФП.

Тестовые задания второго года обучения дают представление об уровне общей физической и специальной подготовки..

Тестовые задания третьего года обучения дают представление о степени сформированности основных технических навыков.

- *промежуточная диагностика* (проводится ежегодно в конце первого полугодия) – позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы обучающимисяи на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их;
- *итоговая диагностика* (проводится ежегодно в конце учебного года) – это определение уровня освоения обучающимисяПрограммы и отслеживание динамики индивидуального развития.

Методическое обеспечение

Решение определенных тактических задач в игровых ситуациях предопределяется методикой подготовки. Здесь можно выделить основные методически взаимосвязанные задачи:

1. Создание предпосылок для успешного обучения тактике игры. Развитие у игроков тактического мышления, быстроты сложных реакций, ориентировки на площадке, сообразительности, творческой инициативы и способности прогнозирования при решении различных двигательных задач.
2. Обучение индивидуальным действиям и взаимодействиям с партнерами в нападении и защите, командным действиям, которые характеризуются расположением игроков на площадке и их функциями.
3. Формирование умения наиболее эффективно использовать технические приемы и тактические навыки в зависимости от своих возможностей, особенности игры противника и внешних условий.
4. Развитие способностей гибко и быстро переключаться с одних систем и вариантов командных действий в нападении и защите на другие.

Необходимо отметить, что если две первые задачи в основном относятся к начальному этапу овладения тактикой, то последующие решаются на протяжении многолетнего этапа совершенствования.

1. Подготовительные упражнения, направленные на развитие быстроты реакции, ориентировки, скорости переключения с одних движений на другие, с одних действий на другие.
2. Подвижные и спортивные игры, специальные эстафеты.
3. Упражнения по тактике (индивидуальные, групповые и командные).
4. Двусторонние игры (с заданиями).
5. Контрольные игры и соревнования.

Методы тактической подготовки.

Методы, используемые в процессе тактической подготовки, аналогичны методам технической подготовки, но основываются на специфике тактики. При показе обычно пользуются макетами, схемами. При изучении в упрощенных условиях сложные тактические действия делят на составные, применяют сигналы, ориентиры; усложняют условия с помощью специальных устройств

Перечень интернет ресурсов для использования в образовательном процессе:

1. http://avers-sport.ru/
2. https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obrazovatelnaya-programma-osnovi-trenirovochnogo-processa-basketbolistov-na-etape-nachalnoy-podgotovki-612048.html

Список использованной литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Для педагога дополнительного образования:

1. Академический школьный учебник « Физическая культура» А.П.Матвеев, Просвещение 2012.
2.Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 2006.
3. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006.
4.Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008.
5. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008.
6.Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПБ ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПБ., Изд-во Олимп - СПб, 2012.

Для родителей и обучающихся:

100 лет российского баскетбола: история, события, люди (Текст) : справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.:ил