

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
« Любинская средняя общеобразовательная школа №3»
Любинского муниципального района Омской области

Принята на заседании
педагогического совета
от « 17 » августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор школы:
_____ Снегирев С.А
Приказ № 98 « 17 » августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«БАСКЕТБОЛ»
(базовый уровень)

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: 1 год

Общая трудоемкость программы: 62 часа

Форма реализации программы: очная

Автор-составитель: Щеглов В.В
учитель физической культуры

р.п. Любинский
2023-2024 учебный год

Оглавление

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2. Учебно – тематический план.....	6
Раздел3. Содержание программы.....	8
Раздел 4. Контрольно – оценочные средства.....	14
Раздел 5. Условия реализации программы.....	18
Раздел 6. Список литературы.....	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа “Баскетбол” физкультурно-спортивной направленности, базового уровня, ориентирована на обучающихся 13--17 лет.

Актуальность программы заключается в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, но и обеспечивает укрепление и сохранение здоровья, организацию содержательного досуга, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

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

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

Популярность баскетбола, делает его значимым средством пропаганды здорового образа жизни, развития физической культуры и спорта среди детей. Не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и всестороннее развитие детей, участие в играх и соревнованиях.

Срок реализации программы: 1 год.

Трудоёмкость программы: 62 часа.

Адресат программы – обучающиеся 13-17 лет.

Психофизические особенности обучающихся: возраст 13-14 лет считается сензитивным периодом для развития таких качеств, как быстрота сенсомоторных реакций в наиболее простых вариантах ее проявлений, точность мышечно-двигательных дифференцировок, быстрота переключения внимания. Возраст 15 лет является периодом стабилизации

двигательных функций. И в последующие год-два показатели пространственной ориентировки достигают уровня взрослых людей.

Обобщение экспериментальных данных дает основание говорить, что к 15-16 годам у юных спортсменов завершается формирование большинства психомоторных качеств, особенно связанных с быстротой и точностью двигательных реакций.

Особенности набора и добора обучающихся. Для освоения образовательной программы принимаются все желающие дети в обозначенном возрастном диапазоне. Набор и добор обучающихся ведется на протяжении всего учебного года без предварительного тестирования, при наличии медицинского допуска и на основании заявления родителей или законных представителей. Наполняемость группы составляет 15-20 человек.

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

Форма обучения: очная.

Форма организации деятельности объединения - учебная группа.

Формы организации деятельности обучающихся: групповая, индивидуальная, соревнования.

Формы организации образовательного процесса: специализированная гимнастика, тренировка индивидуальная и групповая, выполнение эпизодических заданий, контроль, рефлексия.

Цель программы – укрепление здоровья, развитие физических и волевых качеств обучающихся через занятия баскетболом.

Задачи:

- привить интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- развить двигательные способности и физические качества обучающихся;
- научить приемам техники баскетбола, правилам игры;
- формировать ценностные отношения к здоровому образу жизни и занятиям баскетболом;
- формировать положительные качества характера.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность и ответственность;
- воспитывать морально-волевые и нравственные качества.

Метапредметные результаты:

- формировать знания о ЗОЖ, ценностного отношения к здоровью;
- формировать знания в области ФКиС, специальной терминологии.

Результаты по направленности программы:

- развить физические качества;
- обучить игре в баскетбол,
- формировать навык игры в баскетбол, знания о правилах игры.

2. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Название разделов/ тем	Количество во часов
1	Теоретическая подготовка	1
1.1	Инструктаж по ТБ. История баскетбола. Развитие баскетбола в России и в Мире. Основные технические элементы. Правила игры в баскетбол.	1
2	Техническая подготовка	14
2.1	Упражнения без мяча.	3
2.2	Ловля и передача мяча.	3
2.3.	Ведение мяча.	3
2.4.	Броски мяча.	5
3	Тактическая подготовка	10
3.1	Тактика свободного нападения.	2
3.2	Тактика свободного нападения. Нападение через заслон.	2
3.3	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	6
4	Общая физическая подготовка	14
4.1	Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м.	7
4.2	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40,60 м. кросс 1000 м.	7
5	Техническая подготовка	17
5.1	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте.	9

	Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра.	
5.2	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведение два шага. Учебная игра	8
6	Тестирование	6
6.1	Прием контрольных нормативов по ОФП.	3
6.2	Соревнование по баскетболу.	3
	ИТОГО:	62

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Теоретическая подготовка

Теоретическая часть 1 час

Тема 1.1.. История баскетбола. Развитие баскетбола в России и в Мире. Основные технические элементы. Правила игры в баскетбол. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Теория: Инструктаж по технике безопасности, противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях в спортивном зале, правила поведения при проведении массовых мероприятий. Правила поведения при проведении разминки, при отработке приемов, во время подвижных игр и соревнований.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: вводное учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: беседа по теме, выполнение комплексов упражнений, анализ.

Раздел 2. Техническая подготовка

Практическая часть 14 часов

Тема 2.1. (3 часа).

Теория: Понятие «общая физическая подготовка (ОФП)», что такое ОФП для баскетболистов.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения. Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока

защиты.

Тема 2.2. (3 часа).

Теория: Ловля и передача мяча.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: ловля и передача мяча. Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после отскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.

Тема 2.3. Ведение мяча (3 часа).

Теория: ведение мяча.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: вводное учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: ведение мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

Тема 2.4. (5 часов).

Теория: Броски мяча.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: броски мяча. Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя

руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. В прыжке одной рукой с места. Штрафной. Двумя руками снизу в движении. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. В прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Раздел 3. Тактическая подготовка

Практическая часть 10 часов

Тема 3.1. Тактика свободного нападения (2 часов).

Теория: теория тактики свободного нападения.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите, в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Позиционное нападение(5;0) без смены мест. Учебная игра.

Тема 3.2. Тактика свободного нападения. Нападение через заслон (2 часов).

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите, в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Позиционное нападение (5;0) без смены мест. Нападение через заслон. Учебная игра.

Тема 3.3. Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях (6 часов).

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: вводное учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Раздел 4. Физическая подготовка

Практическая часть 14 часа.

Тема 4.1. Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. (7 часов).

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Виды учебной деятельности обучающихся: выполнение комплексов упражнений, анализ.

Тема 4.2. Стартовые рывки с места (7 часов).

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Раздел 5. Техническая подготовка

Тема 5.1 Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. (9 часов)

Теория: Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: ловля и передача мяча. Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после отскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.

Ведение мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

Тема 5.2. Ведение мяча с изменением направления (8 (часов)).

Теория: вырывание мяча. Выбивание мяча.

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: броски мяча. Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в

баскетбольную корзину после двух шагов. В прыжке одной рукой с места. Штрафной. Двумя руками снизу в движении. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. В прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Тема 6. Соревнования. Контрольные испытания

Практическая часть 6 часов

Тема 6.1. Прием контрольных нормативов по ОФП (3 часа)

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: учебно-тренировочное занятие.

Виды учебной деятельности обучающихся: сдача контрольных нормативов.

Тема 6.2. Соревнования по баскетболу (3 часа).

Практика: учебно-тренировочный процесс.

Формы занятия: соревнования.

Виды учебной деятельности обучающихся: учебная игра.

4. КОНТРОЛЬНО - ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

С целью оценки результатов освоения программного материала, определения степени достижения цели и решения поставленных задач, а так же влияния физических упражнений на организм обучающихся осуществляется педагогический контроль. Контроль должен быть комплексными, проводится регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях.

Основными формами аттестации являются: - сдача контрольных нормативов по ОФП (для определения уровня общей подготовленности) - мониторинг индивидуальных достижений учащихся.

4.1. Оценочная карта уровневых показателей личностных результатов.

Показатели	Выше базового	Средний	Ниже базового
Проявит трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность и ответственность.	Выполняет все задания самостоятельно, показывают помощь другим.	Выполняет все задания, самостоятельно.	Выполняет задания под наблюдением, с помощью педагога.
Проявит морально-волевые качества и нравственные качества;	Выполняет все задания педагога, проявляя выносливость, преодолевая усталость, оказывает помощь и поддержку другим детям	Выполняет все задания педагога, проявляя выносливость, преодолевая усталость	Выполняет не все задания, при чувстве усталости останавливается.
Проявит социальную активность	Активно принимает участие в соревнованиях по избранному виду спорта и других спортивно-массовых	Принимает участие в соревнованиях по виду спорта.	Не инициативен в командных делах.

	мероприятиях.		
--	---------------	--	--

4.2. Оценочная карта уровневых показателей метапредметных результатов.

Показатели	Выше базового	Средний	Ниже базового
Знает основы ЗОЖ, и его роль в жизни человека	Владеет изучаемым материалом, раскрывает тему, может дать развёрнутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное понимание материала, задает дополнительные вопросы.	Владеет изучаемым материалом, раскрывает тему.	Владеет изучаемым материалом, но затрудняется ответить на вопросы педагога.
Знает общие понятия в области ФК и С, владеет специальной терминологией.	Владеет изучаемым материалом, раскрывает тему, может дать развёрнутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное понимание материала, задает дополнительные вопросы.	Владеет изучаемым материалом, раскрывает тему.	Слабо владеет изучаемым материалом. Затрудняется ответить на вопросы педагога.

4.3. Оценочная карта уровневых показателей результатов по направленности программы.

ВЫПОЛНЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ

1. Контрольные упражнения по общей физической подготовке

2. Контрольные упражнения по специальной физической подготовке

Возраст (лет)	Уровень подготовленности					
	Мальчик и			Девочки		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Бег 20 м (с)						
10	4,1	4,2-4,3	4,4-4,7	4,1	4,2-4,4	4,5-4,7
11	3,9	4,0-4,1	4,2-4,3	4,0	4,1-4,3	4,4-4,6
17	3,8	3,9-4,2	4,3-4,4	3,9	4,0-4,3	4,4-4,6
Высота подскока (см)						
10	33	27-33	22-26	33	27-32	26-21
11	38	33-37	28-32	36	31-35	30-26
17	41	35-40	30-34	41	35-40	34-29
Ведение мяча 20 м (с)						
10	10,6	10,7-11,1	11,2-11,7	11,0	11,1-11,6	11,7-12,3
11	9,7	9,8-10,3	10,4-	10,5	10,6-	11,1-11,5

			10,9		11,0	
17	9,5	9,6-10,1	10,2-10,6	10,4	10,5-11,0	11,1-11,5

Возраст (лет)	Уровень подготовленности					
	Мальчик и			Девочк и		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низки й
1	2	3	4	5	6	7
Штрафные броски (из 10 раз)						
10	-	-	-	-	-	-
11	5	4	3	4	3	2
17	5	4	3	4	3	2
Броски в движении после ведения (из 5 раз)						
10	-	-	-	-	-	-
11	3	2	1	3	2	-
17	4	3	2	3	2	-
Броски с точек (из 20 раз)						
10	.	-	-	-	-	-
11	.	-	-	-	-	-
17	-	-	-	-	-	1

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

<p>Материально-техническое обеспечение</p>	<p>Спортивный зал для занятий баскетболом. Спортивный инвентарь (кольца для баскетбола-2шт., конструкции баскетбольные-2 шт., мячи баскетбольные-10 шт., набивные мячи- 4 шт., фишки, стойки, маты, скакалки-15 шт., гимнастические скамейки); Обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для баскетбола, футболки, майки, шорты). Ноутбук, колонки.</p>
<p>Информационно-образовательные ресурсы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сеть творческих учителей www.it-n.ru 2. http://www.bibliotekar.ru библиотека 3. http://ru.savefrom.net/ для скачивания видео с интернета 4. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com Сеть творческих учителей, 5. http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры. 6. fizkult-ura.ru>sci/estafeti 7. http://www.uchportal.ru Учительский портал. 8. http://ballplay.narod.ru Персональный сайт методика при подготовки баскетболистов.
<p>Учебно-методическое обеспечение</p>	<p>Инструкции по Т.Б., карточки, тесты, презентации к темам, видео. Физическая культура. 5-7 классы/ Под редакцией М.Я.Виленского. Учебник для общеобразовательных учреждений. В.И.Лях, А.А.Зданевич. Физическая культура. 8-9 классы/ Под общ.ред. В.И.Ляха.</p>

	Учебник для общеобразовательных учреждений.
Кадровое обеспечение	Педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое и специальное образование (физическая культура).
Организации – партнеры	Администрация Любинского МР Омской области. Любинская СОШ №3 Любинского МР Омской области. БОУ ДО «Центр дополнительного образования» Любинского МР Омской области.

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

6.1. Нормативные документы.

1. Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726. – <http://static.government.ru/media/>
2. 4. Концепции федеральных государственных образовательных стандартов общего образования/Под ред. А. М. Кондакова, А. А. Кузнецова. - М.: Просвещение, 2008.
3. О направлении информации (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). - [Электронный ресурс]: письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242. Доступ из системы «КонсультантПлюс»: http://www.consultant.ru/document/Cons_doc_LAW_253132/02141b8dbdc2aba2883123b07d337c93806bad46/ (дата обращения 12.05.2020).
4. “О направлении методических рекомендаций по разработке и проведению экспертизы дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы. - [Электронный ресурс]: письмо Министерства образования Омской области от 12.02.2019 № ИСХ - 19/МОБР - 2299
5. Порядок Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам. - [Электронный ресурс]: приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196. Доступ из системы «Гарант.Ру»:
6. СанПиН 2.4.4.3172-14 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. - [Электронный ресурс]: <http://docs.cntd.ru/document/420207400> (дата обращения 16.06.2020)
7. Федеральный закон от 29. 12. 2012 №273-ФЗ “Об образовании в РФ”.
8. Федеральный закон от 27.07.2006г. № 152-ФЗ "О персональных данных".

6.2. Литература для педагога.

1. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.
2. Казаков, С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
3. Костикова, Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.
4. Нестеровский, Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.
5. Костикова, Л.В., Родионов А.В., Чернов С.Г. Целевая комплексная программа подготовки российских спортсменов к Играм XXX Олимпиады 2012 года в Лондоне (баскетбол). - М., РФБ, 2005.
6. Костикова, Л.В. Сулов Ф.П. Фураева Н.В. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле (методические разработки). Москва 2002г.
7. Крауз, Д., Мейер Д., Мейер Дж. Баскетбол – навыки и упражнения. М. АСТ. Астрель. 2006. 216 с.
8. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.
9. Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2004.
10. Портнов, Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 1996.
11. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.
12. Чернов, С.В., Костикова Л.В., Фомин С.Г. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование. Учебное пособие. М., ФК, 2009.
13. Яхонтов, Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов. Учебное пособие. С-П. 2000. 58 с.

6.3. Список литературы для родителей и обучающихся.

1. Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
2. Гомельский, Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
3. Жозе Пископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2006.

4. Методы подготовки баскетболистов. Методический журнал. Современный баскетбол. Под редакцией Белаш В.В. г.Южный, октябрь, 2005 – 56 с.

5. Лихачев, О.Е., Фомин С.Г., Чернов С.В., Мазурина А.В. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе. Учебное пособие. Москва-Смоленск, 2011.

6. Луничкин, В., Чернов, С., Чернышев С. Тактика позиционного нападения против личной защиты. Метод. пособие для тренеров ДЮСШ. Москва, 2002.

9. Соколовский, Б.И., Костикова Л.В. Словарь баскетбольных терминов на английском и русском языках. Москва, РФБ, 2012.

6.4. Интернет источники.

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

