

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Кичменгско-Городецкая средняя школа»**

ПРИНЯТО
на заседании педагогического
совета МАОУ «Кичменгско -
Городецкая средняя школа »
Протокол
от «28» августа 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАОУ «Кичменгско-Городецка
средняя школа»
от 30.08.2024 г. № 183



/И.В.Шабакова/

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 13-16 лет
Срок реализации программы– 1 год
Уровень программы: базовый

Разработчик программы:
Евстифеев Е.С.,
педагог дополнительного образования

с. Кичменгский Городок
2024 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-баскетбол» (далее программа) составлена в соответствии с нормативными документами:

- с требованиями к образовательным программам Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273;
- с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- с Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Вологодской области, утвержденными приказом Департамента образования области от 22.09.2021. № ПР.20-0009-21;
- с Федеральным законом РФ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ;
- со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка» от 07 декабря 2018 года № 3 (с изменениями);
- с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- с Целевой моделью развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г). № 467);
- с Уставом МАОУ «Кичменгско-Городецкая средняя школа»

Общая характеристика программы

Образовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Новизна и оригинальность программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

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

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15 человек.

Актуальность программы 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.

Адресат программы

Ребята в возрасте 13-16 лет.

Объем программы

Данная программа рассчитана на 1 год обучения, 68 часов

Формы обучения и виды занятий

Форма обучения – очная. Виды занятий - теоретические занятия, работа в группах, практические занятия, участие в спортивных мероприятиях.

Режим занятий

Периодичность занятий 1 раз в неделю. Продолжительность занятия – 1 академический час. Количество учебных недель -34

Формы организации занятий

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- групповые, теоретические и практические занятия;
- соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные)
- подвижные игры;
- эстафеты;
- квалификационные испытания.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по баскетболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники баскетбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Основные методы организации занятий

Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.

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

Задачи:

Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках

физкультуры;

Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье.

Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Расширение спортивного кругозора детей.

Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Условия набора.

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Формы организации обучения:

- командная, малыми группами, индивидуальная.

Формы проведения занятий:

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Учебный план

№п/п	Содержание	Количество часов
1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	24
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	О Ф П	14
5	Соревнования	4
		68

Содержание учебного плана

Теория (4 часов).

Правила игры. Жесты судей. Участие в судействе соревнований.

Техническая подготовка (24 часов)

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Совершенствование поворотов без мяча и с мячом. Совершенствование стойки игрока, перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Совершенствование остановки двумя шагами и прыжком.

Совершенствование техники ведения мяча.

Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. Ведение с активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча.

Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля высоколетающих мячей. Ловля мяча после отскока от щита. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя - от

груди, с отскоком от пола, двумя – от головы. Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча.

Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней и дальней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. Бросок двумя руками снизу после ведения. Добивание мяча после отскока от мяча. Бросок полукрюком, крюком.

Закрепление техники и развитие координационных способностей.

Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

Тактическая подготовка (20 часов).

Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5. Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1), (3:2). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух игроков в защите и нападение через заслон. Позиционная игра против зонной защиты. Двусторонняя игра.

Освоение индивидуальных и командных защитных действий.

Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Борьба за отскок от щита. Зонная защита 3:2, 2:3.

Общefизическая подготовка (14 часов).

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых. То же, что и во второй год обучения.

Соревнования (3 часов).

Принять участие в школьных и районных соревнованиях.

Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;

выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития.

Календарный учебный график

№	Наименование раздела программы	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся
1	Теория	История баскетбола. Правило поведения на занятиях секции.	2	История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правило игры в мини-баскетбол.	Знать историю баскетбола, знать правило игры в баскетбол.

2	Техническая подготовка.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приёмы.
3		Техника передвижений, ведения, передач, бросков.	2	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте, в движении. Бросок одной рукой от плеча с места и в движении. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приёмы.
4	ОФП	Развитие двигательных качеств. Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200 м. Кросс 1000 м.	2	Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200 м. Кросс 1000 м.	Уметь выполнять беговые упражнения.
				Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 метров. Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков: 40,60,100, 200 м. Кросс 1000 м.	Уметь выполнять беговые упражнения.
5	Тактическая подготовка.	Тактика свободного нападения. Позиционное нападения(5:0) без смены мест.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападения(5:0) без смены мест.	Умение выполнять тактические действия.
6			2	Тактика свободного	

		Тактика нападения Позиционное нападения(5:0) без смены мест.		нападения. Позиционное нападения(5:0) без смены мест. Нападение через заслон.	Умение выполнять тактические действия.
7	Техническая подготовка.	Техника передвижений, ведение, передач, бросков.	2	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. Подвижные игры.	Уметь выполнять технические приёмы.
8		Техника передвижений, ведение, передач, бросков.	2	Ведения мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Подвижные игры. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приёмы.
9 10	Тактическая подготовка.	Тактика нападения Позиционное нападение (5:0) со сменой мест.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) со сменой мест.	Умение выполнять тактические действия.
			2	Ведение и передача мяча в движении с пассивным сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении и со средней дистанции. Игра в мини-баскетбол.	Умение выполнять тактические действия.

11	ОФП	Развитие двигательных качеств.	2	Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх.	Уметь выполнять прыжковые упражнения.
12	Теория.	Правило соревнования.	2	Жесты судей.	Знать правило игры.
13	Тактическая подготовка	Тактика нападения Позиционное нападения (5:0) со сменой мест.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) со сменой мест.	Умение выполнять тактические действия.
14		Тактика нападения. Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1).	2	Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	Умение выполнять тактические действия.
15		Тактика нападения Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	2	Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	
16	ОФП	Развитие двигательных качеств.	2	Изучение. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Ускорение из различных положений.	Уметь выполнять беговые упражнения.
17		Развитие двигательных качеств.	2	Совершенствование . Стартовые рывки с места. Повторные	Уметь выполнять беговые упражнения.

		Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м.		рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Ускорение из различных положений.	
18	Тактическая подготовка	Тактика нападения Позиционное нападения (5:0) со сменой мест.	2	Тактика свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) со сменой мест.	Уметь выполнять технико-тактические действия в игре.
19		Тактика нападения Ведение пассивным сопротивлением . Передача мяча со сменой мест, в движении с сопротивлением .	2	Ведение пассивным сопротивлением. Передача мяча со сменой мест, в движении с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять тактические действия.
20		Тактика нападения Передача мяча в движении с пассивным сопротивлением . Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции.	2	Изучение. Передача мяча в движении с пассивным сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра.	Уметь выполнять тактические действия.
21 22	Техническая подготовка	Техника передвижений, ведение, передач, бросков Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции.	2	Изучение. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические приёмы.
23		Техника передвижений, ведение, передач, бросков. Защитные действия. 1*1.	2	Изучение. Защитные действия. 1*1. Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в	Уметь выполнять технические приёмы.

		Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника		баскетбол.	
24		Техника передвижений, ведение, передач, бросков. Сочетание приёмов: ведение-передача – бросок в движении. Обманные движения.	2	Сочетание приёмов: ведение- передача – бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок.	Уметь выполнять технические приёмы.
25	Тактическая подготовка	Участие в соревнованиях	2	Игра. Совершенствование тактических и технических приёмов в соревнованиях.	Уметь выполнять тактические действия в игре.
26	Тактическая подготовка	Участие в соревнованиях	2	Игра. Совершенствование тактических и технических приёмов в соревнованиях.	Уметь выполнять тактические действия в игре.
27	Тактическая подготовка	Тактика защиты Защитные действия (1:1), (1:2).	2	Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом. Подстраховка.	Уметь выполнять тактические действия.
28	Техническая подготовка	Техника передвижений, ведение, передач, бросков. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после остановки	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после остановки. Учебная игра.	Уметь выполнять тактические действия.
29		Техника передвижений, ведение, передач,	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча после ловли и	Уметь выполнять тактические действия.

		бросков. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции		ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Учебная игра.	
30 - 31		Техника передвижений, ведение, передач, бросков. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции	2	Ловля и передача мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Учебная игра.	Уметь выполнять тактические действия.
33 - 32	ОФП	Развитие двигательных качеств	2	Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием. Челночный бег. Подвижные игры.	Уметь выполнять прыжковые упражнения.
34		Участие в соревнованиях	2	Игра. Совершенствование тактических и технических приёмов в соревнованиях.	Уметь выполнять тактические действия в игре.

Материально-техническое обеспечение.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители

Формы контроля, аттестации

Умение и навыки проверяются во время участия учащихся в межшкольных и районных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств:

Оценочные материалы

Нормативы технической подготовки

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	6	5	8	12
4	5	4	9	11
3	5	3	10	8

Штрафные броски: выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подаёт игроку его партнёр, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведёт его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции: выполняются последовательно от десяти равноудалённых точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны защиты на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45^0 и 90^0 к щиту. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3-секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадёт в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадёт в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

Передача мяча в стену на скорость. Встать на расстоянии 2- 3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

Общefизическая подготовка

Кадровое обеспечение

программу реализует педагог дополнительного образования.

Воспитательные компоненты

Важным условием успешной работы с обучающимися является единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-преподаватель, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и общего воспитания.

Главной задачей в занятиях со спортсменами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Воспитание дисциплинированности следует начинать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, отличное поведение на тренировочных занятиях. Важно с самого начала

спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается, прежде всего, систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающими нагрузками. На конкретных примерах нужно убеждать воспитанника, что успех в современном спорте зависит от трудолюбия.

В процессе занятий со спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение обучающимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

Ведущее место в формировании нравственного сознания спортсменов принадлежит методам убеждения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным, для чего нужны тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, на опыт самого тренера и занимающегося.

Важным методом нравственного воспитания является поощрение спортсмена – выражение положительной оценки его действий и поступков. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых педагогических требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

Одним из методов воспитания является наказание, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий спортсмена. Виды наказаний разнообразны: замечание, устный выговор, выговор в приказе, разбор поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий, соревнований. Поощрение и наказание спортсмена должны основываться не на случайных примерах, а с учетом всего комплекса поступков. Проявления слабоволия, снижение активности вполне естественны у спортсмена, как естественны и колебания его работоспособности. В этих случаях большее мобилизирующее значение имеют дружеское участие и одобрение, чем наказание. К последнему надо прибегать лишь иногда, когда слабость воли проявляется спортсменом систематически. Лучшим средством преодоления отдельных моментов слабоволия является привлечение спортсмена к выполнению упражнений, требующих преодоления посильных для его состояния трудностей.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всесторонне – в нравственном, умственном и физическом отношении, где возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными соперниками.

Список литературы для педагога:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г
12. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.

Список литературы для обучающихся:

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