

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №7» городского округа город Урюпинск
Волгоградской области

Принята на заседании
педагогического совета
от «14» 09 2019г.
Протокол № 02

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СШ № 7»
Н.В.Новикова
16 «Н» 2019г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1 год (34 учебных недели)

Разработчик:
Ю.А.Дмитриенко,
учитель физической культуры

Урюпинск, 2019г

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р.;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14;
- Устав МБОУ «СШ № 7»

Актуальность. Баскетбол является одним из ведущих видов спорта в России и в Волгоградской области, в частности. Дополнительная общеразвивающая программа ориентирована не только на развитие сегмента школьного баскетбола, но и на поддержание и укрепление здоровья, развитие физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Занятия по баскетболу улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировки в пространстве. Развивается двигательная реакция на слуховые и зрительные сигналы. Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Педагогическая целесообразность. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. У обучающихся развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности, игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Пройдя обучение по дополнительной общеразвивающей программе, ученики смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу от школьного до муниципального уровня.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому.

Отличительной особенностью дополнительной общеразвивающей программы является ее универсальность. Помимо обучения тактике игры, ставятся следующие частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение техники ведения игры.

Адресат программы: Программа предназначена для всех желающих детей 11-14 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

Число детей, одновременно находящихся в группе, – от 10 до 15.

Уровень освоения – базовый.

Формы обучения: очная

Программа рассчитана на 2 занятия в неделю по 2 часа, 136 часов в год.

Особенности организации образовательного процесса: состав группы постоянный.

Форма организации занятий: групповая. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся.

Цель программы:

содействовать укреплению здоровья детей посредством создания условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия баскетболом.

Задачи программы:

Образовательные:

- знать необходимые понятия и теоретические сведения, связанные с баскетболом;
- обучить новым двигательным действиям и основным элементам игры в баскетбол, подготовить к выполнению норм физической подготовленности, а также требований спортивной классификации (по баскетболу);
- научить самостоятельно тренироваться с целью индивидуального физического совершенствования;
- сформировать спортивно-инструкторские и судейские знания, умения и навыки;

Личностные:

- формировать умение контролировать своё самочувствие;
- развивать нравственные и волевые качества;
- развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.
- развивать мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий баскетболом.

Метапредметные:

- сформировать умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- сформировать умения конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- развивать умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;
- ;- развивать потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

Учебный план (136 часов)

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теорет. сведен.	Практические занят.	
1.	Развитие баскетбола в России	2	2	0	Диагностика результатов проводится в виде

					тестов
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	2	2	0	Диагностика результатов проводится в виде тестов
3.	Общая и специальная физическая подготовка	40		40	Мониторинг выполнения контрольных упражнений в виде занесения в таблицу индивидуальных результатов
4.	Основы техники и тактики игры	70	0	70	Контрольные зачеты
5.	Учебные и товарищеские игры и соревнования	16	0	16	Контрольные игры
6.	Тестирование	6	0	6	Выполнение программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.
Итого:		136	4	132	

Содержание программы

Содержание курса структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

2. Техника безопасности на занятиях.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка

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

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча

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

3. Ведение мяча

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

4. Броски мяча

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

Тактическая подготовка

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

Планируемые результаты

- развитие волевых качеств;
 - развитие трудолюбия, упорства, настойчивости;
- Учащиеся смогут получить знания:
- о значении баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
 - о правилах безопасного поведения во время занятий баскетболом;
 - названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
 - наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
 - упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
 - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
 - жесты баскетбольного судьи;
 - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;
- Учащиеся должны уметь:
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
 - выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
 - заботиться о здоровье, принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
 - применять коммуникативные и презентационные навыки;
 - оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
 - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях, находить выход из стрессовых ситуаций;
 - отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора, отвечать за свои поступки;
 - соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
 - выполнять технические приёмы и тактические действия;
 - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
 - играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
 - демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
 - проводить судейство по баскетболу.

Календарный учебный график

№ занятия	Вид программного материала	Количество часов	План. дата провед.	Факт. дата провед.
1	Инструктаж по технике безопасности: ИОТ № 002-2013. Правила поведения на занятиях.	1		
2	Стойка игрока.	1		
3-4	Передвижение в стойке приставными шагами левым и правым боком.	2		
5	Повороты на месте.	1		
6	Остановка прыжком.	1		
7-8	Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди на месте, в парах.	2		
9	Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди в движении, в парах и тройках.	1		
10	Ловля и передача мяча 2-мя руками в	1		

	парах и кругу.			
11-12	Ловля и передача мяча со сменой мест.	2		
13	Передача мяча с отскоком от пола.	1		
14	Передача одной рукой от плеча.	1		
15-16	Передача одной рукой снизу	2		
17	Взаимодействие двух игроков с передачами мяча.	1		
18	Взаимодействие двух игроков с передачами мяча.	1		
19-20	Ведение мяча на месте правой и левой рукой.	2		
21	Ведение мяча шагом и бегом правой и левой рукой.	1		
22	Ведение мяча с изменением направления и скорости движения.	1		
23-24	Ведение мяча с изменением высоты отскока шагом и бегом.	2		
25	Ведение шагом и бегом с обводкой стоек.	1		
26	Ведение шагом и бегом с обводкой стоек и с броском.	1		
27-28	Взаимодействие трех игроков с передачами и ведением мяча.	2		
29	Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча.	1		
30	Взаимодействие трех игроков со встречным ведением мяча.	1		
31-32	Бросок мяча в кольцо 2-мя руками от	2		

	грудь на месте.			
33	Бросок мяча в кольцо после ловли.	1		
34	Бросок мяча в кольцо после ведения.	1		
35-36	Бросок мяча в кольцо с заданных точек.	2		
37	Бросок мяча в кольцо с заданных точек.	1		
38	Бросок мяча в кольцо с разных точек.	1		
39-40	Бросок мяча в кольцо с разных точек.	2		
41	Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов.	1		
42	Бросок мяча в кольцо после ведения с двух шагов	1		
43-44	Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча с места.	2		
45	Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ловли.	1		
46	Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ведения.	1		
47-48	Штрафной бросок.	2		
49-50	Бросок одной рукой сверху на месте.	2		
51-52	Бросок одной рукой сверху в движении.	2		
53-54	Бросок «крюком».	2		
55-56	Бросок от головы в прыжке.	2		

57	Разыгрывание спорного мяча.	1		
58-59	Индивидуальная защита.	2		
60-61	Подбор мяча в защите.	2		
62-63	Вырывание и выбивание мяча после подбора.	2		
64-65	Выбивание мяча сзади.	2		
66-67	Добивание мяча в нападении.	2		
68-69	Перехваты мяча.	2		
70-73	Накрывание мяча, взятие отскоков от щита (подбор).	2		
74-75	Жонглирование мячом.	2		
76-77	Командная защита.	2		
78-80	Зонная защита.	2		
81	Личная защита.	1		
82-83	Смешанная защита.	2		
84-85	Заслоны для игрока с мячом, без мяча.	2		
86-89	Противодействие быстрому прорыву.	2		
90-91	Противодействие центрному игроку.	2		
92-93	Защита вблизи корзины.	2		
94-95	Защита при вбрасывании мяча.	2		
96-97	Нападение против личной защиты.	2		
98-99	Нападение против зонной защиты.	2		
100	Взаимодействие при вбрасывании мяча из-за боковой линии.	1		
101-	Взаимодействие двух игроков в	3		

103	нападении и защите через <<заслон>>.			
104-105	Отвлекающие действия. Финт на бросок – проход к щиту.	2		
106	Выполнение конкретных задач в процессе учебно-тренировочной игры.	1		
107-110	Контроль, разбор выполненного задания или его элементов.	4		
111-114	Прием нормативов по технической и специальной подготовке.	4		
115-118	Судейство.	4		
119-120	Учебная игра.	2		
121-127	Товарищеская встреча.	7		
128-136	Соревнования по баскетболу.	9		

Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение: спортзал (баскетбольная площадка);

2. Перечень оборудования:

- Баскетбольные мячи – 15 шт; (степень использования – 90%)
- Баскетбольный щит – 2 шт; (степень использования – 94%)
- Набивные мячи – 2 шт;
- Скакалки – 15 шт; (степень использования – 40%)
- Стойки – 5 шт.

3. Информационное обеспечение. На занятиях используются: журнал «Физкультура и спорт», видеодиски с лучшими баскетбольными матчами.

4. Кадровое обеспечение. Учитель физической культуры Дмитриенко Юрий Анатольевич. Образование: высшее педагогическое.

Формы аттестации

Формы аттестации включают в себя следующие этапы контроля:

1. Начальный контроль

Проводится в начале учебного года, до начала прохождения разделов программы.

Цель: определить начальный уровень физической подготовки.

Форма: зачет.

2. Текущий контроль

Проводится в течение всего учебного года. Цель: определить уровень освоения программы.

Форма: зачет.

3. Промежуточный контроль

Проводится в середине года после прохождения определенных разделов программы.

Цель: определить достигнутый уровень общей физической подготовки, если нужно – коррекция учебно-тренировочного процесса.

Форма: зачет.

4. Итоговый контроль

Проводится в конце учебного года.

Цель: по итогам года увидеть, насколько успешно освоена программа обучающимися.

Форма: зачет

Оценочные материалы.

Способы проверки результативности образовательного процесса:

- зачёт на знание теоретических вопросов;
- прохождение специализированных тестов.

Основной формой подведения итогов реализации программы является прохождение специализированных тестов.

Методические материалы

Форма организации и проведения занятия: Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная

Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса: Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала.

Контрольно-измерительные материалы программы

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	виды аттестации
1	физическая подготовленность	Тестовые задания	Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологическ	Динамика показателей физической подготовленности за определённый период времени, а также особенности развития двигательных способностей учеников, динамику их изменения у детей определённого возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся.	Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности. Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости,	Промежуточная, итоговая

			ие особенности)		гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.	
2	практические умения и навыки	наблюдение, вызов (вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных обучающихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.), упражнения и комбинированный метод (Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий).	Совершенствование навыков у занимающихся 12-15 летнего возраста осуществляется под лозунгом универсальности, а у детей постарше учитываются индивидуальные особенности, а также игровая функция каждого из них.	передача мяча в парах через сетку верхняя прямая подача (бподач)	Отметка «5» – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко. Отметка «4» – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений. Отметка «3» – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Отметка «2» – двигательное действие выполнено с	Промежуточная, итоговая

					грубыми нарушениями техники или многочисленными мелкими ошибками.	
3	теоретические знания	методы наблюдения, опроса,	минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); - средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); - максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	Теоретические и методические основы системы воспитания; анатомо-физиологические особенности развития организма и влияние различных упражнений на развитие организма; техника и тактика игры баскетбол, правила соревнований, методику записи игр, обработки и анализа собранного материала	Соответствие знаний ребенка требованиям, Осмысленность и использование Специальной терминологии	промежуточная

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см)

возраст	пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	Выше среднего	высокий
11 лет	Д	24-28	29-33	34 и выше
	М	25-30	31-35	36 и выше
12 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
13 лет	Д	25-31	32-37	38 и выше
	М	31-36	37-41	42 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м

класс	девочки			мальчики		
	высокий	Выше среднего	средний	высокий	Выше среднего	средний
11 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
12 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
13 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1

Передачи и броски мяча

№	Контрольные упражнения	Возраст		
		11 лет	12 лет	13 лет
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество раз)	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (количество попаданий)	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (количество попаданий)	6	7	8

Таблица оценки тестов

Наименование теста	“5”		“4”		“3”	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
“Змейка” с ведением мяча 2X15 м/сек	10,0	11,0	10,5	11,5	11,0	12,0
Челночный бег” с ведением мяча 3X10 м/сек	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
Штрафной бросок, 10 бросков (кол-во попаданий)	5	5	4	4	3	3

Бросок в движении, 10 бросков (кол-во попаданий)	5	5	4	4	3	3
Переда мяча в стену за 30 с	19	18	18	17	17	16

Литература для педагога

1. Вернигоренко В.А., Гончаров В.М. Методика использования игровых средств на занятиях по баскетболу// Педагогическое образование в системе высшей школы Белгородский университет кооперации, экономики и права. 2015. с. 411-417.
2. Ирхина Е.Н., Маркина В.Б., Хаитов Б.К., Буйлова Л.А. Развитие физических качеств на этапе начальной подготовки в баскетболе//Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции. 2016. с. 355-360.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. - М: Академия, 2004.
3. Рахматуллина И.Р.Баскетбол активный вид спорта. История баскетбола// Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки Электронный сборник статей по материалам LX студенческой международной научно-практической конференции. 2017. С. 256-258.
4. Соколова Л.Н., Китанина Н.Н., Гурьева Е.А. Техника игры в баскетбол через развитие ловкости и координационных способностей // Развитие образования, педагогики и психологии в современном мире. Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. 2015. с. 97-99.

Литература для учащихся

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. - М: НИК Сортэл, 2002 г.
2. Гатмен Билл, Финнеган Том. Все о тренировке юного баскетболиста. - М: АСТ.,2007г.
3. Гомельский В. А.Как играть в баскетбол / В. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. - 288 с.
4. Гомельский Е.Я. Игра гигантов. - М.: ВАГРИУС, 2004г.
5. Пайе, Б. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных / Б. Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2017