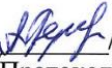


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат среднего общего образования с. Ныда»

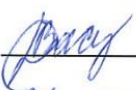
«Рассмотрена»

Руководитель МО учителей
естественно-математического и
спортивно-эстетического цикла

 /Герасименко А.Ю.
Протокол № 5 от
« 18 » мая 2018г.

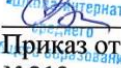
«Согласована»

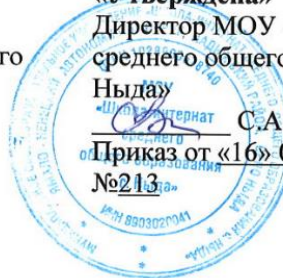
Зам. директора по УВР
МОУ «Школа-интернат среднего
общего образования с. Ныда»

 /Василенко О.А.
« 31 » мая 2018г.

«Утверждена»

Директор МОУ «Школа-интернат
среднего общего образования с.
Ныда»

 С.А. Мертюкова
Приказ от «16» 06 2018г.
№213



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
СЕКЦИЯ «БАСКЕТБОЛ»
1 год реализации**

Герлак Вячеслав Александрович
учитель физкультуры, педагогический стаж отсутствует, без категории

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол №10 от
«15» 06 2018

Ныда
2018

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»
(I год обучения)**

Программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» составлена на основе: «Программы физического воспитания учащихся 1 – 11 классов, основанная на одном из видов спорта (баскетбол) Литвинова Е.Н, Виленского М. Я., в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Баскетбол развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал объединен в целостную систему трехлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Данная программа рассчитана на учащихся 15 - 17 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющих медицинский допуск врача. Занятия дополнительного образования проводятся в форме урока во второй половине дня.

Режим учебно-тренировочной работы рассчитан на 34 недели.

Пояснительная записка

Программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» составлена на основе: «Программы физического воспитания учащихся 1 – 11 классов, основанная на одном из видов спорта (баскетбол) Литвинова Е.Н, Виленского М. Я., в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Баскетбол развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Новизна:

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, обучение и закрепления школьной программы по баскетболу. Формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Цели и задачи:

Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал объединен в целостную систему трехлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих:

В основу учебной программы заложены нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ и основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

Сроки реализации программы.

Согласно учебному плану дополнительного образования МОУ «Школа-интернат среднего общего образования с. Ныда» программа рассчитана на 2 года обучения, для обучающихся 15-17 лет.

Форма организации содержания и процесса - интегрированная, объединяет в целое области основного и дополнительного образования.

Уровень программы - стартовый.

Форма обучения – групповая.

Количество занятий в неделю – 2 раза в неделю по 2 часа.

Количество часов в год - 144 часа.

Количество групп- одна.

Наполняемость группы – 15 человек.

Количество детей: МНС – 12, ОВЗ, НУК, - отсутствуют.

Режим занятий – 4 часа в неделю, с продолжительностью одного занятия 40 минут, перерыв – 10 минут.

Формы текущего контроля:

- тестирование уровня подготовки основных элементов в баскетболе;
- сдача контрольных нормативов.

Итог деятельности программы «Баскетбол» – общешкольные соревнования по баскетболу.

Учебно-тематический план.

Программный материал		1 год обучения	2 год обучения
Теоретическая подготовка		10	12
1	Правила техники безопасности при проведении занятий.	2	2
2	История рождения и развития баскетбола.	1	1
3	Режим и питание спортсмена.	1	2
4	Личная гигиена и закаливание организма.	2	1
5	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	2	2
6	Правила соревнований. Судейство соревнований.	2	4
Общая физическая подготовка		50	40
1	Развитие силы	10	8
2	Развитие быстроты	10	8
3	Развитие выносливости	10	10
4	Развитие ловкости	10	8
5	Развитие гибкости	12	6
Техническая подготовка		56	56
1	Стойки баскетболиста	7	4
2	Перемещения по площадке	9	4
3	Ведение мяча	10	10
4	Передачи мяча	10	10
5	Броски по кольцу в прыжке	10	14
6	Броски по кольцу с дальних и средних дистанций	10	14
Тактическая подготовка		18	26
1	Групповые действия в нападении	6	8

2	Командные действия в нападении	4	6
3	Групповые действия в защите	4	6
4	Командные действия в защите	4	6
Тестирование, контрольные испытания		4	4
Медико-биологический контроль		2	2
Участие в соревнованиях		4	4
Итого		144	144

Содержание программы.

Общая направленность программы внеурочной деятельности по баскетболу за два года подготовки проходит несколько этапов, на каждом из которых предусматривается решение определенных задач:

- постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействий с партнерами;
- переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным для баскетболиста;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки.

Материал программы дополнительного образования дается в следующих разделах:

«Теоретическая подготовка»

Правила техники безопасности при проведении занятий.	Травматизм в процессе занятий баскетболом. Оказание первой медицинской помощи при несчастных случаях. Транспортировка и доврачебная помощь пострадавшему. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и соревнованиям.
История рождения и развития баскетбола.	История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России в мире.
Режим и питание спортсмена.	Правильный режим дня для спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Рациональное чередование различных видов деятельности. Профилактика вредных привычек. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Питательные смеси. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания, регулирование веса спортсмена.
Личная гигиена и закаливание организма.	Понятие о гигиене и санитарии. Гигиеническое значение кожи. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания.
Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	Особенности спортивной тренировки юных спортсменов: многолетний прирост спортивных достижений, ограничение тренировочных и соревновательных нагрузок, значение общей физической подготовки. Самостоятельные занятия: утренняя гимнастика, индивидуальные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений. Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Общая и специальная психологическая подготовка.

Правила соревнований. Судейство соревнований.	Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.
---	--

«Общая физическая подготовка»

В разделе «**Общая физическая подготовка**» даны упражнения, строевые команды и другие необходимые двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. В зависимости от года обучения школьников этот раздел неодинаково представлен в программе. В первый год обучения этому разделу следует уделять до 60% времени занятий, но уже во второй год обучения — только 50%. Постепенно, по мере овладения учащимся школой движения и формирования определенных двигательных навыков и умений, доля общеразвивающих упражнений должна снижаться. В третий год обучения — до 40%. В то же время значительно возрастает доля специальных упражнений.

«Специальная физическая подготовка»

В разделе «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал по баскетболу, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

«Тестирование и контрольные испытания»

Тестирование и контрольные испытания помогают следить за уровнем физической подготовленности учащихся.

В целях успешного решения вопросов физической подготовленности всех занимающихся необходим индивидуальный подход в части требований к выполнению учебных нормативов. Здесь возможны различные варианты оценивания, учащихся с учетом прироста в их двигательной и технической подготовленности.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Основополагающие принципы реализации программы:

- Комплексность - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебнотренировочного процесса (физической, технико- тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).
- Преемственность - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.
- Вариативность - предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

Для эффективной подготовки юных баскетболистов, необходимо учебно-тренировочный процесс строить по следующим направлениям:

- повышение качества отбора детей с высоким уровнем развития способностей к баскетболу и прохождения их через всю систему многолетней подготовки;
- усиление работы по овладению индивидуальной техникой и совершенствованию навыков выполнения технических приемов и их способов;
- повышение роли и объема тактической подготовки как важнейшего условия реализации индивидуального технического потенциала отдельных баскетболистов и

команды в целом в рамках избранных систем игры и групповой тактики в нападении и защите;

- осуществление на высоком уровне интегральной подготовки посредством органической взаимосвязи технической, тактической и физической подготовки, умелого построения учебных и контрольных игр с целью решения основных задач по видам подготовки;
- повышение эффективности системы оценки уровня спортивной подготовленности учащихся.

Подготовка баскетболистов проводится в несколько этапов, которые имеют свои специфические особенности. Главным отличием является возраст и уровень физического развития детей, зачисляемых в ту или иную группу подготовки. Для зачисления дети проходят тестирование по показателям физического развития и общей физической подготовленности. После каждого года обучения учащиеся сдают предусмотренные программой нормативы.

Многолетняя подготовка баскетболиста строится на основе методических положений, которые и составляют комплекс задач, решаемых в учебнотренировочном процессе. Прежде всего это целевая направленность подготовки юных спортсменов на высшее спортивное мастерство. При большом охвате детей занятиями баскетболом главным остается воспитание спортсменов высокого класса. Баскетбол - командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию. И нельзя требовать от детей больше, чем они могут выполнить на данном возрастном этапе. Особенно это касается соревновательной деятельности, которая строится на основе технического и тактического мастерства.

Необходимым условием совершенствования соревновательной деятельности юных баскетболистов является использование спортивного инвентаря и оборудования, отвечающего его возрасту и физическому развитию. Это позволит вести совершенствование приемов и действий с первых шагов обучения в режиме, близком к соревновательному. Строить подготовку юных игроков необходимо с учетом неравномерного нарастания в процессе развития их физических способностей. В одном возрастном периоде прогрессирует сила, в другом - выносливость и т.д. Эти периоды наиболее благоприятны для совершенствования соответствующих двигательных качеств, и тренер должен способствовать их воспитанию, давая нагрузки специальной направленности. В таблице представлены сензитивные (благоприятные) периоды развития двигательных качеств, общие для всех детей и подростков.

Морфофункциональные показатели, физические качества	Возраст, лет		
	11	12	13
Длина тела		+	+
Мышечная масса		+	+
Быстрота	+		
Скоростно-силовые качества	+	+	+
Сила		+	+
Выносливость			
Анаэробные возможности	+		

Гибкость			
Координационные способности	+	+	
Равновесие	+	+	+

Рациональное увеличение тренировочных нагрузок является одним из основных условий роста тренированности. Но при этом уровень нагрузки должен соответствовать степени работоспособности спортсмена. Тренировочные нагрузки надо подбирать индивидуально и дифференцировать в группе баскетболистов с учетом их состояния, уровня работоспособности на данном этапе.

Необходимо стремиться к тому, чтобы интенсивность и объем упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. Следует отдавать предпочтение упражнениям динамического характера и приучать занимающихся к различному темпу их выполнения.

Предлагая интенсивные упражнения, требующие значительного физического напряжения спортсмена, нужно чаще изменять исходное положение, вовлекать в движение возможно больше групп мышц, чередовать напряжение с расслаблением, делать более частые паузы для отдыха, обращая внимание на дыхание (глубокое, ритмичное, без задержки). Когда занимающиеся упражняются в технических приемах, можно значительно повысить физическую нагрузку (для развития специальной выносливости), увеличивая количество повторений, повышая скорость выполнения приемов и усложняя перемещения игроков.

Если в программу занятий включены упражнения на быстроту и точность движений, то сначала следует выполнять упражнения, развивающие точность, затем быстроту в сочетании с точностью. Овладение тактикой игры успешно осуществляется только при условии параллельного формирования технических навыков и тактических умений. Нужно ставить перед юными спортсменами такие задачи, решение которых не затруднит усвоение техники.

Преждевременное разделение игроков по игровым функциям значительно сужает перспективы их дальнейшего совершенствования. На этапе начальной специализации юные спортсмены должны научиться выполнять любые функции в команде.

Каждый занимающийся обязан научиться в равной степени точно передавать мяч, вести его, бросать в кольцо с места и в движении, стремительно атаковать, опекать нападающих и цепко защищаться. Только после того как юный баскетболист овладеет этим комплексом навыков и умений и определятся его индивидуальные качества, можно переходить к специализации по амплуа.

Система отбора.

В группы принимаются практически все желающие, так как этого требует педагогическая этика и психологические законы спортивной ориентации. В случае явных противопоказаний родителям в тактичной форме указывается на то, что их ребёнку нецелесообразно заниматься баскетболом.

Для уточнения предварительных оценок первого года обучения, контроля за процессом физического воспитания и овладения основными навыками игры проводится тестирование дважды – в ноябре и апреле – по следующей программе: бег на 20 м, высота подпрыгивания, прыжок в длину с места, бег 2×40 с, тест «5×6», комбинированный тест, штрафные броски.

В конце учебного года тренер оценивает каждого юного спортсмена с точки зрения роста тех показателей, которые характеризуют процесс развития специальных способностей.

Общая физическая подготовка

1. Прыжок в длину с места
2. Высота прыжка
3. Бег 20 м.

4. Бег 300 м
Техническая подготовка
1. Передвижение
 2. Скоростное ведение
 3. Передачи мяча
 4. Дистанционные броски
 5. Штрафные броски

ВЫПОЛНЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ по общей физической подготовке

1	2	3	4	5	6	7
возраст (лет)	Уровень подготовленности					
	Мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Прыжок в длину с места (см)						
11	186	180-175	174-168	180	176-172	168-166
12	200	195-188	186-178	195	192-188	184-180
13	220	210-198	196-188	200	197-194	192-186
Бросок набивного мяча 1кг. из положения сидя на полу (см)						
11	400	390-320	300	350	340-290	280
12	480	470-420	400	450	440-360	340
13	520	490-450	420	500	480-450	400
Подъем туловища из положения лежа (кол-во раз) за 30сек.						
11	22	21-20	19-20	21	17-18	15-16
12	23	22-21	20	22	19-18	16-17
13	24	23-22	21	23	20-19	17-18
Бег 1000м. (мин,сек)						
11	4,50	4,51-5,03	5,24-5,30	5,20	5,25-5,35	5,42-5,51
12	4,30	4,35-4,46	4,48-4,51	5,10	5,20-5,30	5,35-5,41
13	4,20	4,25-4,30	4,35-4,50	4,50	4,57-5,08	5,19-5,25

Контрольные упражнения по специальной физической подготовке:

1	2	3	4	5	6	7
возраст (лет)	Уровень подготовленности					
	Мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
БЕГ 20 м.(с).						
11	3,9	4,0-4,1	4,2-4,3	4,0	4,1-4,3	4,4-4,6
12	3,8	3,9-4,2	4,3-4,4	3,9	4,0-4,3	4,4-4,6
13	3,4	3,5-3,9	4,0-4,2	3,8	3,9-4,2	4,3-4,5
Прыжок в высоту с места (см.)						
11	38	33-37	28-32	36	31-35	30-26
12	41	35-40	30-34	41	35-40	34-29
13	44	39-43	34-38	43	37-42	36-31
Бег 60 м. (с). * - 30 м. (с)						
11	9,5	9,6-10,0	10,1-10,6	10,1	10,2-10,7	10,8-11,3
12	9,3	9,4-9,8	9,9-1,2	9,7	9,8-10,5	10,6-11,2
13	8,5	8,6-9,1	9,2-9,6	9,3	9,4-9,9	10,0-10,9
Ведение мяча 20м.(с)						
11	9,7	9,8-10,3	10,4-10,9	10,5	10,6-11,0	11,1-11,5
12	9,5	9,6-10,1	10,2-10,6	10,4	10,5-11,0	11,1-11,5
13	9,1	9,2-9,6	9,7-9,9	9,6	10,2-9,7	10,3-10,9
Штрафные броски (из 10 раз)						
11	5	4	3	4	3	2
12	5	4	3	4	3	2
13	6	4-5	3	5	4	3

Броски в движении после ведения (из 5 раз)						
11	4	3	2	4	3	2
12	4	3	2	4	3	2
13	4	3	2	4	3	2
Броски с точек (из 20 раз)						
11	6	5	4	6	5	4
12	8	7-6	5	8	7-6	5
13	10	9-7	6	12	11-9	8-7

**Календарно-тематическое планирование
1 – год обучения**

№	Тема занятия	Тип подготовки	Количество часов
1	Правила техники безопасности. Водная тренировка.	Теор.	2
2	Медико-биологические исследования.	Теор.	2
3	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития баскетбола.	Техн.	2
4	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	Техн.	2
5	ОРУ. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	Техн.	2
6	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	Техн.	2
7	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	Техн.	2
8	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	Техн.	2
9	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	Техн.	2
10	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	Техн.	2
11	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	Техн.	2
12	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	Техн.	2
13	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	Техн.	2

14	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	Техн.	2
15	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	Техн.	2
16	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Способы ловли мяча.	Техн.	2
17	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.	Теор. Техн.	2
18	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	Техн.	2
19	ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	Техн.	2
20	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	Техн.	2
21	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	Техн.	2
22	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	Техн.	2
23	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	Техн.	2
24	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	Техн.	2
25	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	Техн.	2
26	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведения мяча в движении.	Техн.	2
27	ОРУ. Круговая тренировка. Подвижные игры.	Техн.	2
28	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	Техн.	2
29	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	Техн.	2
30	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	Техн.	2
31	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.	Техн.	2
32	ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.	Контр.	2
33	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Подвижные игры.	Такт.	2
34	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведения мяча в движении. Подвижные игры.	Техн.	2

35	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	Техн.	2
36	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
37	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
38	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
39	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
40	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
41	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
42	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
43	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
44	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
45	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
46	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
47	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Техн.	2
48	Правила техники безопасности. Медико-биологические исследования.	Теор.	2
49	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.		2
50	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
51	ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
52	ОРУ. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн	2
53	ОРУ. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2

54	ОРУ. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Теор. Интегр.	2
55	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
56	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	Теор.	2
57	ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
58	ОРУ. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	Теор. Техн.	2
59	ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
60	ОРУ. Техническая подготовка юного спортсмена. Учебно-тренировочная игра.	Теор.	2
61	ОРУ. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
62	ОРУ. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
63	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
64	ОРУ. Действия одного защитника против двух нападающих. Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
65	ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	Интегр.	2
66	ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	Интегр.	2
67	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
68	ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
69	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
70	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
71	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	Такт.	2
72	ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра. Подведение итогов за год.	Техн Интегр.	2

Календарно – тематическое планирование по баскетболу
2 – год обучения

№	Тема занятия	Тип подготовки	Количество часов
1	Правила техники безопасности. Водная тренировка.	Теор.	1
2	Медико-биологические исследования. История рождения и развития баскетбола.	Теор.	1
3	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
4	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения при нападении.	Техн.	2
5	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения при нападении.	Техн.	2
6	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика нападения.	Такт.	2
7	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия без мяча.	Такт.	2
8	ОРУ. Контрольные испытания.	Контр.	2
9	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия без мяча.	Интегр.	2
10	ОРУ. ОФП. Соревнования.	Соревн.	2
11	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	2
12	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Такт.	2
13	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Такт.	2
14	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия в защите.	Интегр.	2
15	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия в защите.	Интегр.	2
16	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Прыжки толчком с двух ног.	Техн.	2
17	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Техника ведения мяча. Передачи мяча.	Техн.	2
18	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения приставными шагами.	Такт.	2
19	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Стойка баскетболиста.	Техн.	2
20	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника броска в кольцо в движении.	Такт.	2
21	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия в защите.	Интегр.	2
22	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. ОФП. Индивидуальные действия в защите.	ОФП	2
23	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Броски в кольцо.	Техн.	2
24	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП.	СФП	2
25	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие трех игроков «треугольник». Броски в кольцо.	Такт.	2

26	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка. Броски в кольцо.	СФП	2
27	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Броски в кольцо.	Интегр.	2
28	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Режим и питание спортсмена.	Техн.	2
29	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Броски мяча двумя руками от груди.	Техн.	2
30	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Бросок в кольцо.	СФП	2
31	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. Броски в кольцо.	Такт.	2
32	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Броски в кольцо.	Такт.	2
33	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
34	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Техн.	2
35	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. Броски в кольцо.	Интегр.	2
36	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	Интегр.	2
37	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Соревнования.	Соревн.	2
38	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	Интегр.	2
39	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. ОФП. Броски в кольцо.	Теор. ОФП	2
40	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ловля двумя руками «низкого» мяча. Броски в кольцо.	Техн.	2
41	СФП. ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Броски в кольцо.	СФП	2
42	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
43	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
44	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Такт.	2
45	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов.	Интегр.	2

46	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Теор. Техн.	2
47	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Техн.	2
48	Правила техники безопасности.	Теор.	2
49	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. Медико-биологические исследования.	Теор.	2
50	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра. Броски в кольцо.		2
51	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра.	Техн.	2
52	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Такт. Интегр.	2
53	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Общая характеристика спортивной тренировки.	Теор.	2
54	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	Такт.	2
55	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	2
56	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	Такт. Интегр.	2
57	Соревнования.	Соревн.	2
58	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП.	Теор. СФП	2
59	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	2
60	Контрольные испытания. Учебная игра.	Контр. Интегр.	2
61	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП.	Техн. ОФП	2
62	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Такт.	2
63	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	Теор. ОФП	2
64	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Правила игры и методика судейства.	Теор. Интегр.	2
65	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	Такт. СФП	2
66	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	Теор. Контр.	2
67	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Техн.	2

68	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	2
69	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники бросков мяча.	Техн.	2
70	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	Такт.	2
71	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Техн.	2
72	Подведение итогов за год.	Теор.	2

Календарно – тематическое планирование по баскетболу

3-й год обучения

№	Тема занятия	Тип подготовки	Количество часов
1	Правила техники безопасности.	Теор.	1
2	Медико-биологические исследования.	Интегр.	1
3	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Техн.	2
4	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Техн.	2
5	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.	Интегр.	2
6	ОРУ. Контрольные испытания.	Контр.	2
7	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	2
8	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	2
9	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	Техн.	2
10	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	Техн.	2
11	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
12	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
13	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
14	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2

15	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Общая характеристика спортивной тренировки. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	Интегр.	2
16	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Такт.	2
17	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Такт.	2
18	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Такт.	2
19	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
20	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
21	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	Техн.	2
22	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Техн.	2
23	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	2
24	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
25	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
26	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
27	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	2
28	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Интегр.	2
29	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	Такт.	2
30	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	Интегр.	2
31	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от	Техн.	2

	ситуации на площадке.		
32	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
33	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	Такт.	2
34	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Такт.	2
35	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактическая подготовка юного спортсмена.	Такт.	2
36	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
37	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
38	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
39	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Интегр.	2
40	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Интегр.	2
41	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Интегр.	2
42	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	Такт.	2
43	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
44	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Техн.	2
45	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
46	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	Техн.	2
47	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением высоты отскока.	Техн.	2
48	Правила техники безопасности.	Теор.	2
49	Медико-биологические исследования.	Интегр.	
50	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.	Интегр.	2

51	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	Такт.	2
52	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Такт.	2
53	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Такт.	2
54	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
55	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	Техн.	2
56	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	Техн.	2
57	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	Техн.	2
58	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	Такт.	2
59	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Техн.	2
60	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	Техн.	2
61	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	Техн.	2
62	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	Техн.	2
63	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения мяча.	Техн.	2
64	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт.	2
65	ОРУ. Соревнования.	Соревн.	2
66	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	Техн.	2
67	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	Интегр.	2
68	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	2
69	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	Такт.	2
70	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	Техн.	2
71	ОРУ. Контрольные испытания.	Конрт.	2

72	ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра. Подведение итогов за год.	Техн. Теор.	2
----	---	----------------	---

Список литературы:

1. Андреев В.И. Факторы определяющие эффективность техники дистанционного броска в баскетболе Автореф. дис... канд. пед. наук. - Омск, 1988-21с.
2. Айропетянц Л.Р., Гадик М.А. Спортивные игры Ташкент: 2 Ибн. Син. 1881. -90с.
3. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. // Физкультура в школе – 1990. - №7 – с.15-17.
4. Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры// Ю.М. Портнова. - М. Физкультура и Спорт, 1988.
5. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры// Ю.М. Портнова. - М.: Физкультура и Спорт, 1997.-480с.
6. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу // Физкультура в школе. -1990.- №6,7- с.17-18.
7. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Полынья, 1986. –111с.
8. Вальтин А.И. Мини-баскетбол в школе. - М.: Просвещение, 1976. -111с.
9. Вальтин А.И. Методика совершенствования в технике бросков мяча в игре баскетбол/. Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. - Киев, 1984. -24с.
10. Данилов В.А. Повышения эффективности игровых действий в баскетболе: 1996.
11. Джон Р., Вуден. Современный баскетбол. - М.: Физкультура и спорт, 1997. -58с.
12. Дьячков В.М. Современствования технического мастерства спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1972. -35с.
13. Зельдович Т., Кершинас С. Подготовка юных баскетболистов. – М.: Физкультура и спорт, 1964. -48с.
14. Зинин А.М. Детский баскетбол. - М.: Физкультура и спорт, 1969. - 183с.
15. Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. Технические приемы игры в баскетбол. – Волгоград, 1984. -35с.
16. Кудряшов В.А., Рудаков В.И. Баскетбол в школе/ Учебное пособие для учителей школ. Л., Учпедлит, 1960.
17. Коузи Б., Пауэр Ф. Анализ и концепции в современном баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 1975. -120с.
18. Кузин В.В., Полиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучения, - М.: Физкультура и спорт, 1999. -133с.
19. Линдберг Ф. Баскетбол: Игры и обучение. – М.: Физкультура и спорт, 1971. -278с.
20. Лысенко В.В., Михайлина Т.М., Долгова В.А., Жиленко В.А. Практикум по спортивной метрологии/ Учебное пособие – Краснодар: КГАФК, 1997. -179с.
21. Матрунин В.П. Баскетбол на уроках в V-VI классах. // Физкультура в школе– 1990. -№1- с.18-21.
22. Манасян Ж.А. Эффективные средства и методы обучения баскетболу детей младшего школьного возраста. / Автореф. дис... канд. пед. наук. – м., 1986.-25с.
23. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. -543с.
24. Мирошникова Р.В., Потапова Н.М., Кудряшов В.А. Начальное обучение баскетболу. - Волгоград, 1994. -35с.

25. Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д. На уроках баскетбол// Физическая культура в школе. –1991.-№2- с. 27-30.
26. Обучение технике игры в баскетбол/ Метод. рекомендаций для студентов ИФК. 1992.
27. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов М.: -Физкультура и спорт,1986. -286 с.
28. Полянцева Н.В. Тренировка точности выполнения технических приемов у юных баскетболистов 10-12 лет.
29. Суетнов К.В. Обучение школьников игре в баскетбол/ Учебное пособие. – Алма-Ата,1985-92с.
30. Суетнов К.В. Баскетбол в 5-8 классах общеобразовательной школы: Учебное пособие, - Алма-Ата, 1987-82с.
31. Туркунов Б.И. Обучение баскетболу (V-VI классах) // Физкультура в школе. – 1993.-№4.- С.13-20.
32. Программа физического воспитания на основе одного из видов спорта // Физическая культура в школе. Ульянов В.А. Баскетбол. Первые шаги. // Физкультура в школе. -1990. - №1- с 37-40.
34. Федосеев В.В. На уроках баскетбола. // Физкультура в школе-1995. - №2-с.26-27.
35. Шерстюк А.А. и др. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки: Учебное пособие, - Омск, 1991. -60с.
36. Хмелик Н.А. Постарайся попасть в кольцо. – М.: Физкультура и спорт, 1985. -70с.
37. Яхонтов Е.Р., Генкин В.А. Баскетбол. – М.: Физкультура и спорт, 1978. -45с.
38. Яхонтов Е.Р. Мини-баскетбол. – М.: Физкультура и спорт, 1987. -35с.