

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено:
На заседании МО
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г.

Согласовано:
На педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г.



Утверждено:
Директор школы-интерната
Т.Н. Горбачева
Приказ № 96/2
от «30» августа 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»



Направленность программы: физкультурно-спортивная
(72 часа в год, 2 часа в неделю)

Возраст детей: 10 – 17 лет.

Срок реализации: 1 год обучения.

Разработана: тренером по баскетболу
Сарычевым Н.А.

с. Золино
2021

Структура рабочей программы

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Характеристика программы.....	3
1.2 Цели и задачи.....	5
2. Содержание программы.....	6
2.1 Содержание учебно-тематического плана.....	8
2.2 Учебно-тематический план.....	10
3. Планируемые результаты освоения программы.....	12
3.1 Личностные результаты освоения программы.....	12
3.2 Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся.....	13
3.3 Мониторинг результативности достижений воспитанников.....	14
4. Комплекс организационно-педагогических условий.....	15
4.1 Календарно-учебный график школы-интерната на 2020 – 2021 учебный год..	15
4.2 Условия реализации программы.....	15
4.2.1 Материально-техническое обеспечение программы.....	15
4.3 Учебно-методическое обеспечение программы.....	16
4.3.1.Список литературы для педагогов.....	16

1. Пояснительная записка.

В настоящее время внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса в каждом образовательном учреждении, в том числе в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья. Детям с ограниченными возможностями здоровья сложно адаптироваться в новой обстановке, затем пойти в какое-либо учебное заведение, найти работу, да и просто выйти в самостоятельную жизнь. Поэтому школа несёт большую ответственность за обучение, а самое главное за воспитание таких детей. Их необходимо поддерживать, направлять, давать возможность проявлять свои лучшие качества, это возможно путём вовлечения их в активную внеурочную деятельность. Одной из приоритетных задач обучения детей с ограниченными возможностями здоровья является создание условий для успешной социализации. Реализация данной задачи невозможна без использования системы внеурочных занятий. Немаловажное значение для социализации личности умственно отсталых детей имеет организация физического воспитания в педагогическом процессе.

В современной жизни все больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего, спортивные игры.

Баскетбол является одним из средств физического развития и воспитания молодежи.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися с ОВЗ с умственной отсталостью, проявляющими интерес к физической культуре и спорту в 5-10 классах.

Баскетбол – один из игровых видов спорта, он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, зоны, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом 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 ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками.

Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить.

Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

1.1 Характеристика программы

Нормативно-правовая база

Программа разработана с учетом требований:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273 "Об образовании в Российской Федерации",
- Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 "О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки",
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам",
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 24. 04.2015 №729-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»,
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 года N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России сфере общего образования: проект/ А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. Рос.акад. образования. — М.: Просвещение, 2009;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Учебный план ГКОУ "Золнинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья" на 2021-2022 учебный год.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Возраст детей: 10-17 лет

По срокам реализации – одногодичная.

Программа является адаптированной к условиям специальных (коррекционных) школ VIII вида.

Описание места учебного курса в учебном плане.

Объём программы – 72 часа в год

Длительность академического часа – 40 минут. **Длительность 1-го занятия** 1 ч.20 минут.

Форма обучения: очная.

Форма занятий - групповые занятия.

График занятий

График занятий.

Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Всего часов
2 академических часа	Четверг	2	72

Тип занятия: комбинированный, тренировочный.

Освоение программного материала происходит через *теоретическую и практическую части*, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя

организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме.

Форма проведения занятий – тренировка, соревнование.

Методы обучения

Словесные	Наглядные	Практические
Беседа объяснение	Использование учебных наглядных пособий, видеофильмы, слайды	Групповое занятие
Анализ полученной информации	Жестикуляция	Индивидуальное занятие
	Работа по образцу.	Выполнение упражнений по частям
Указание	Показ упражнений и техники футбольных приемов	Выполнение упражнений в целом
Команды и распоряжение		Учебная игра
		Общefизические упражнения
		Специальные физические упражнения

1.2. Цели и задачи

Цель программы: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся с ОВЗ посредством занятий баскетболом.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время, значительная часть воспитанников школы-интерната занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры, а занятия кружка позволят увеличить воспитанникам период занятия спортом.

Данная программа отличается от других тем, что в процессе изучения игры в баскетбол у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической.

Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувства коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

В процессе реализации программы должны быть реализованы следующие **задачи:**

- получение знаний в области баскетбола и усвоение правил игры;
- приобретение опыта участия в соревнованиях;

- развитие самодисциплины и самоконтроля;
- развитие волевых качеств;
- организация свободного времени воспитанников школы-интерната;
- повышение уровня общефизической подготовленности;
- формирование культуры здорового образа жизни;
- формировать умения взаимодействовать с окружающими людьми в соответствии с общепринятыми нормами поведения, в доступной форме оказывать поддержку и взаимопомощь, сочувствовать и эмоционально реагировать на различные ситуации.
- воспитание чувства коллективизма, чувства личной ответственности.

2. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Раздел программы	Количество часов				
		всего	теория	практика	Аттестация	
					промежуточная	итоговая
1.	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности .	2	1	1		
2.	Вводное занятие	2	1	1		
3.	Общая физическая подготовка.	22		20		
4.	Техническая подготовка.	42		42		
5.	Итоговое занятие Товарищеский матч.	4			2	2
	Итого	72	2	66	4	

Ожидаемые результаты программы:

Знания о физической культуре

- Значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила 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;
- содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола

Способы физкультурной деятельности

Участник ДО научится:

- осуществлять совместную деятельность в организации и проведении массовых спортивных соревнований по баскетболу, спортивно-оздоровительных мероприятий, занятий физическими упражнениями по баскетболу;
- определять функциональную направленность упражнений по физической подготовке, владеть технологиями по их использованию в индивидуальных занятиях с учетом показателей здоровья, интересов и потребностей в повышении физической дееспособности организма, формировании телосложения и регулировании массы тела;
- планировать содержание и направленность процесса самостоятельного освоения техники двигательных действий в баскетболе, проводить ее анализ и коррекцию в соответствии с имеющимися образцами;
- тестировать индивидуальное состояние здоровья и физическую работоспособность, анализировать и оценивать динамику их показателей в режиме учебной деятельности;
- пользоваться принципами спортивной тренировки, планировать и регулировать режимы физических нагрузок в системе целенаправленных занятий спортивной подготовкой, определять эффективность их влияния на рост функциональных возможностей основных систем организма.

Физическое совершенствование

Участник ДО научатся:

- выполнять упражнения для профилактики утомления и перенапряжения организма, предупреждения заболеваний, присущих массовым профессиям;
- выполнять технико-тактические действия, физические упражнения и технические приемы баскетбола в условиях соревновательной деятельности;
- получит возможность научиться выполнять упражнения физической подготовки, ориентированные на повышение спортивного результата в избранном виде спорта.

Основы знаний.

Правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей. Проектно-исследовательская деятельность по темам: влияние баскетбола на здоровье детей, подвижная игра баскетбол, как средство ЗОЖ и др.

Календарно-учебный график.

Основной раздел программы	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	Вводное занятие	Техническая подготовка	Общая физическая подготовка	аттестация
Месяц	сентябрь	сентябрь	сентябрь, октябрь, январь, февраль, март, апрель, май	октябрь, ноябрь, декабрь	декабрь, май
часы	2	2	42	22	4
Дата	09.09	16.09	23.09,30.09,07.10,14.10, 27.01,03.02,10.02,17.02, 24.02,03.03,10.03,17.03, 24.03,31.03,07.04,14.04, 21.04,28.04,05.05,12.05, 19.05	21.10,28.10,11.11,18.11, 25.11,02.12,09.12,16.12, 23.12, 13.01, 20.01	30.12, 26.05

2.1 Содержание учебно-тематического плана

Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности - 2 часа

Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ. – 2 часа

Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом - основы спортивного мастерства баскетболиста.

Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (защитников, нападающих). Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона) спортивной тренировки.

Правила игры. Организация и проведение соревнований.

Права и обязанности игроков, роль капитана. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Правила проведения товарищеских матчей.

Место занятий, оборудование и инвентарь. Спортивный зал для проведения занятий и тренировок, требования к его состоянию.

Инструктаж по ТБ при игре в баскетбол.

Повторный инструктаж по ТБ.- 2 часа

Общая физическая подготовка–22 часа

Упражнения для развития силы.

- - Силы мышц рук
- - Силы мышц ног
- - Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)
- - Развитие силовой выносливости

Упражнения для развития быстроты:

- - ОРУ для развития быстроты
- - Упражнения для разгибателей туловища
- - Упражнения для разгибателей ног
- - Упражнения общего воздействия

Упражнения для развития гибкости.

- - Гибкости плечевого сустава
- - Гибкости спины
- - Гибкости ног (тазобедренный ,коленный, голеностопный суставы)

Упражнения с предметом

- с набивными мячами

Акробатические упражнения

- кувырки
- перекаты, перевороты

Подвижные игры и эстафеты.

Специальная физическая подготовка:

- Упражнения для развития быстроты;
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;
- Упражнения для вратарей;
- Упражнения для развития выносливости;
- Упражнения для развития ловкости.

Техническая и тактическая подготовка – 42 часа

- - Техника передвижения;
- - бросок в кольцо 2 руками от груди;
- - бросок в кольцо 2 руками от плеча;
- - бросок в кольцо 2 руками с низу, с верху
- - передачи мяча 2 руками от груди;
- - передачи мяча 2 руками от плеча;
- - Обманные движения (финты);
- - Отбор мяча;
- - Вбрасывание мяча из-за боковой линии;

Тактика нападения:

- - Индивидуальные действия без мяча;
- - Индивидуальные действия с мячом;
- - Групповые действия;

Тактика защиты:

- - Индивидуальные действия ;
- - Групповые действия;
- - Ведение учебных игр по избранной тактической системе.

Промежуточная/итоговая аттестация– товарищеский матч – 4 часа

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- 1.Товарищеский матч по баскетболу – 4 часа

2.2. Учебно-тематический план на 2021 – 2022 учебный год

№	Дата	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1.	09.09	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2	1	1
2.	16.09	Вводное занятие. <i>Вводный инструктаж по Т.Б.</i>	2	2	
Техническая подготовка – 8 часов					
3.	23.09	ОРУ с мячом, ведение мяча, техника перемещения	2		2
4.	30.09	л\а упр, ведение мяча, прием мяча	2		2
5.	07.10	ОРУ с мячом, ведение мяча, техника перемещения	2		2
6.	14.10	Учебная игра, техника перемещения, ведение мяча	2		2
Общефизическая подготовка – 22 часа					
7.	21.10	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость	2		2
8.	28.10	л\а упр., скоростно - силовые упр., подвижная игра	2		2
9.	11.11	Л\а упр, бег на короткие дистанции, баскетбол	2		2
10.	18.11	Л\а упр, челночный бег, подвижная игра, баскетбол	2		2
11.	25.11	ОРУ б\м, прыжковые упр., баскетбол	2		2
12.	02.12	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость, баскетбол	2		2
13.	09.12	Подвижная игра, развитие силы мышц рук и спины, баскетбол	2		2
14.	16.12	Л\а упр, бег на короткие дистанции, баскетбол	2		2
15.	23.12	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость	2		2
16.	30.12	Промежуточная аттестация – товарищеский матч	2		2
17.	13.01	<i>Повторный инструктаж по Т.Б.</i> Л\а упр., скоростно - силовые упр., подвижная игра	2		2
18.	20.01	ОРУ б\м, развитие выносливости, баскетбол	2	1	1
Техническая подготовка – 34					
19.	27.01	ОРУ, передачи 2 руками от груди, плеча, прием мяча	2		2

20.	03.02	ОРУ передачи 2 руками от груди, плеча, 2 руками с низу, прием мяча	2		2
21.	10.02	ОРУ с мячом, передачи в парах различными способами, прием мяча с дальнейшим броском в кольцо с 2 шагов, бросок	2		2
22.	17.02	Ла упр, ведение мяча 2 шага бросок	2		2
23.	24.02	Ла упр, ведение мяча 2 шага бросок	2		2
24.	03.03	ОРУ с мячом, тактические перемещение по площадке с мячом и без него, баскетбол	2		2
25.	10.03	ОРУ с мячом, тактические перемещение по площадке с мячом и без него, баскетбол	2		2
26.	17.03	ОРУ с мячом, тактические перемещение по площадке с мячом и без него, баскетбол	2		2
27.	24.03	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча, контратака	2		2
28.	31.03	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча, контратака	2		2
29.	07.04	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча, контратака	2		2
30.	14.04	ОРУ с мячом, броски в кольцо с разных точек, тактика игры в нападении	2		2
31.	21.04	ОРУ с мячом, броски в кольцо с разных точек, тактика игры в нападении	2		2
32.	28.04	ОРУ с мячом, броски в кольцо с разных точек, тактика игры в нападении	2		2
33.	05.05	Ла упр, ведение мяча, передача одной рукой от плеча, прием мяча	2		2
34.	12.05	Ла упр, ведение мяча, передача одной рукой от плеча, прием мяча	2		2
35.	19.05	Ла упр, ведение мяча, передача одной рукой от плеча, прием мяча	2		2
36.	26.05	Итоговая аттестация – товарищеский матч	2		2

3. Планируемые результаты освоения программы:

Воспитанники должны знать и иметь представление:

- 1) о правилах игры баскетбол;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры баскетбол.

воспитанники должны уметь:

- 1) устойчиво владеть навыками игры;
- 2) контролировать психическое состояние.
- 3) владеть правилами техники безопасности при занятиях данным виде спорта и правилами игры;
- 4) занять свое свободное время.
- 5) выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 6) владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- 7) уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой игроков;
- 8) организовывать и проводить соревнования по баскетболу в своей группе, среди воспитанников школы-интерната во время прогулки, в оздоровительном лагере.

3.1 Личностные результаты освоения программы

Воспитанники будут:

1. гордиться спортивными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
2. излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
3. дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.)
4. осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических спортивных задач;
5. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности (игре в баскетбол),
6. адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
7. осуществлять самооценку и самоконтроль в деятельности,
8. адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность
9. овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями игры баскетбол.
10. повысят спортивное мастерство;
11. получают опыт участия в соревнованиях;
12. обретут позитивные социальные отношения между членами команды, что очень часто приводит к крепкой продолжительной дружбе; будут участвовать в жизни спортивной жизни школы-интерната, общества и развивать интересы к спорту вне кружка.

3.2 Критерии и нормы оценки планируемых результатов освоения программы.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Показателем эффективности реализации программы является:

- уровень общего физического и эмоционально-волевого развития ребенка;
- положительное отношение к игре в баскетбол;
- стремление к ЗОЖ;
- призовые места в спартакиаде, соревнованиях по баскетболу.

Критерии оценки результатов освоения программы:

- мотивация к занятиям спортом;
- активность и увлеченность в выполнении заданий;
- умение слаженно играть в команде;
- умение выполнять упражнения при зрителях;
- посещение занятий.

3.3 Мониторинг результативности достижений воспитанников

Оценка образовательных результатов (минимальный %, средний %, высокий %)

№	Ф.И. ребенка	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки				Уровень образовательных результатов
		Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы на начальном этапе)	Разнообразие умений и навыков игры в баскетбол	Уровень активности в обучении и интереса к игре в баскетбол	Наличие способности и готовности к занятиям спортом	Развитие памяти, внимания	Умение слушать и слышать тренера	Умение организовывать рабочее пространство	Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Умение выполнять задания в соответствии с требованиями педагога	

Эффективность воспитательных воздействий (минимальный, средний, максимальный)

№	Ф.И. ребенка	Культура поведения	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		Поведенческие качества		Уровень воспитательных воздействий
		Соблюдение общепринятых норм	Терпение	Воля	Самоконтроль	Самооценка	Интерес к знаниям	Конфликтность	Отношение к общим делам	

4.Комплекс организационно-педагогических условий

4.1 Календарно-учебный график работы ДО школы-интерната на 2021 – 2022 учебный год.

1. Начало занятий – 06.09.2021 года.
- 2.Окончание занятий - 31.05.2022 года.

4.2 Условия реализации программы

4.2.1 Материально-техническое обеспечение программы

В учреждении школы-интерната для занятий спортом оборудован спортивный зал (площадью; 162 кв.км.; 9*18), а также на улице – футбольное поле.

ОБЪЕКТЫ

№	Спортивный объект	Функциональное использование	Оснащенность спортивным оборудованием	
1.	Игровой зал – 162 кв.м	Организация и проведение тренировочных занятий Организация массовых спортивно-досуговых мероприятий с детьми и взрослыми.	Волейбольные стойки и сетка. Разметка для волейбола, баскетбола, мини-футбола Форма баскетбольная Мяч баскетбольный Конус пластик Манишка 2 цветов	1 12 шт. 5 шт. 1 шт. 12 шт. 12 шт.

4.3.1.Список литературы для педагогов:

1. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.
2. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
3. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.
4. Костикова Л.В., Родионов А.В., Чернов С.Г. Целевая комплексная программа подготовки российских спортсменов к Играм XXX Олимпиады 2012 года в Лондоне (баскетбол). - М., РФБ, 2005.
5. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.