

 **Рабочая программа разработана и составлена на основе авторской программы доктора педагогических наук В.И.Лях и кандидата педагогических наук А.А.Зданевич (комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов) М., «Просвещение» 2017 г., программа допущена Министерством образования и науки Р.Ф.**

 **«Юный баскетболист». Пособие для тренеров. Е.Р. Яхонтова, М., «Физкультура и спорт», 1987 г.**

 **Содержание**

1. **Пояснительная записка. стр. 4-5**
2. **Цели и задачи рабочей программы стр. 6-7**
3. **Содержание программы стр. 8-10**
4. Календарно-тематическое планирование стр. 11-18

 по баскетболу

1. **Требования к студентам после прохождения стр. 19**

 **учебного материала**

1. **Литература стр.20**

 **1. Пояснительная записка.**

 **Физическая культура — обязательный учебный курс в профессиональных образовательных учреждениях.**

 **В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–Ф3 отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.**

 **Дополнительными занятиями со студентами по баскетболу в сочетании с другими формами обучения: физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня, физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, соревнования, спортивные праздники, Спартакиады, туристические слёты и походы); достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.**

 **Спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств человека. 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 студентов. 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.**

 **Обучение сложной техники 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 пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.**

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

 **Данная рабочая программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей студента, его самоопределения.**

 **2. Целью рабочей программы является:**

**1. Формрование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.**

 **Реализация цели рабочей программы соотносится с решением следующих образовательных задач:**

 **1. Укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению.**

 **2. Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования, пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласованности движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.**

 **3. Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей.**

 **4. Выработка представлений о баскетболе, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий.**

 **5. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.**

 **6. Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, спортивными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к баскетболу.**

 **7. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.**

**8. Обучение и совершенствование основным элементам игры в баскетбол.**

**9. Подготовка к соревнованиям регионального уровня.**

 **3. 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.**

 **4. Календарно-тематическое планирование**

 **по баскетболу**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема и содержание занятия | Студенты должны знать и уметь |
| 1-2 | Правила т/безопасности на занятиях. Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока Правила игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.  | Знать правила т/безопасности на занятиях. Выполнять передачу мяча двумя руками от груди в движении, ведение мяча с изменением направления и высоты отскока |
| 3-4 | Развитие баскетбола в России. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приёмов: ведение, передача, бросок. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Знать о развитии баскетбола в России. Уметь играть в баскетбол по правилам. Выполнять сочетание приёмов: ведение, передача, бросок. |
| 5-6 | Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Развитие скоростных способностей. Терминология баскетбола. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять ведение мяча с разной высотой отскока. |
| 7-8 | Основные правила игры в баскетбол. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Вырывание мяча. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола. Игра в баскетбол. | Знать терминологию баскетбола. Уметь выполнять вырывание мяча. |
| 9-10 | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте и в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь играть в баскетбол по правилам, правильно выполнять технические приёмы. |
| 11-12 | Ведение мяча на месте и в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной от плеча в движении после ловли мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.  | Уметь правильно выполнять технические приёмы |
| 13-14 | Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Терминология баскетбола. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 15-16 | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча и двумя от головы после остановки. Сочетание приёмов. Нападение быстрым прорывом. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь играть в баскетбол, правильно выполнять технические приёмы. |
| 17-18 | Совершенствование стоек, передвижений и остановок. Прыжок толчком одной и двух ног. Остановка прыжком. Остановка двумя шагами. Повороты вперёд и назад. Бросок одной рукой от плеча и двумя от головы после остановки. Правила т/безопасности на занятиях. Развитие выносливости. | Уметь правильно выполнять технические приёмы в передвижении и остановках. |
| 19-20 | Совершенствование ловли мяча. Ловля мяча двумя руками при поступательном движении и при движении сбоку. Ловля мяча одной рукой на месте и в движении, ловля мяча одной рукой в прыжке. Ловля мяча двумя руками при встречном движении. Развитие скоростных способностей. | Уметь правильно выполнять технические приёмы по ловле мяча одной и двумя руками на месте и в движении.  |
| 21-22 | Совершенствование передач мяча: Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча двумя руками от груди, снизу (с отскоком). Передача мяча двумя руками с места и в движении, передача мяча двумя руками в прыжке. Передача мяча двумя руками (встречные и поступательные). Передача мяча двумя руками на одном уровне. Передача мяча двумя руками (сопровождающие). Развитие скоростных способностей. | Уметь правильно выполнять технические приёмы по передаче мяча двумя руками на месте и в движении. |
| 23-24 | Физическое воспитание и спортивная тренировка как фактор и средство физического и психического развития. Совершенствование передач одной рукой: Передача мяча одной рукой сверху, одной рукой от головы. Передача мяча одной рукой от плеча и рукой сбоку (с отскоком). Передача мяча одной рукой снизу (с отскоком). Передача мяча одной рукой с места и в движении. Передача мяча одной рукой в прыжке. Развитие скоростных | Уметь играть в баскетбол, правильно выполнять технические приёмы по передаче мяча одной рукой на месте и в движении. |
| 25-26 | Совершенствование ведения мяча. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Обводка соперника с изменением направления и скорости. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Обводка соперника, с использованием несколько приёмов подряд (сочетание). Развитие выносливости. | Уметь правильно выполнять технические приёмы по ведению мяча на месте и в движении. |
| 27-28 | Специфика развития физических качеств – выносливости, ловкости, гибкости, координации движений, скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей. Совершенствование бросков мяча двумя руками. Броски в корзину двумя руками от груди и двумя руками снизу. Броски в корзину с отскоком и без отскока от щита. Броски в корзину двумя руками в прыжке. Броски в корзину двумя руками (дальние, средние и ближние). Броски в корзину двумя руками прямо перед щитом, под углом к щиту и параллельно щиту. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол | Знать специфику развития физических качеств – выносливости, ловкости, гибкости, координации движений, скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей. Уметь правильно выполнять технические приёмы по броскам мяча в корзину на месте и в движении, играть в баскетбол. |
| 29-30 | Совершенствование бросков мяча одной рукой. Броски в корзину одной рукой сверху и одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой снизу. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой с места и в движении. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой (дальние, средние и ближние). Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом, под углом и параллельно щиту. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.  | Уметь правильно выполнять технические приёмы по броскам мяча в корзину на месте и в движении. |
| 31-32 | Тактика нападения: Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Знать и применять основные технические действия в нападении, играть в баскетбол по правилам. |
| 33-34 | Тактика нападения: Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.  | Знать и применять основные технические действия в нападении. |
| 35-36 | Тактика нападения: Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Атака корзины. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Знать и применять основные технические действия в нападении, играть в баскетбол по правилам. |
| 37-38 | Тактика нападения: Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Знать и применять основные технические действия в нападении. |
| 39-40 | Особенности физиологической адаптации организма детей и подростков к учебно-тренировочным воздействиям. Тактика нападения: Система быстрого прорыва. Система эшелонированного прорыва. Система нападения через центрового. Развитие выносливости. Игра в баскетбол в численном большинстве и меньшинстве. | Знать особенности физиологической адаптации организма детей и подростков к учебно-тренировочным воздействиям. Применять основные технические действия в нападении, играть в баскетбол по правилам. |
| 41-42 | Тактика защиты: Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие атаке корзины. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Знать и применять основные технические действия в защите. |
| 43-44 | Тактика защиты. Групповой отбор мяча: Против тройки. Против малой восьмерки. Против скрестного выхода. Против сдвоенного заслона. Против наведения на двух. Развитие выносливости. Игра в баскетбол. | Знать и применять основные технические действия в защите, играть в баскетбол по правилам. |
| 45-46 | Тактика защиты. Система личной защиты. Система зонной защиты. Система смешанной защиты. Система личного прессинга. Система зонного прессинга. Игра в большинстве. Игра в меньшинстве. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.  | Знать и применять основные технические действия в защите. |
| 47-48 | Совершенствование ведения мяча с изменением скорости и направления. Варианты бросков мяча (совершенствование). Вырывание и выбивание, перехват, накрывание мяча. Штрафной бросок. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы по вырыванию, выбиванию и перехвату мяча.  |
| 49-50 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Варианты бросков мяча (совершенствование). Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Развитие координационных и силовых способностей. Игра в баскетбол.  | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 51-52 | Техника нападения. Сочетание способов передвижения с техническими приемами. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 53-54 | Техника нападения. Передвижение: стойка баскетболиста, ходьба и бег, передвижение приставными шагами (лицом и спиной вперед, вправо, влево), остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки, повороты в движении, сочетание способов передвижения с техническими приемами. Развитие выносливости. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы, играть в баскетбол. |
| 55-56 | Техника нападения. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком, с изменением скорости передвижения, с изменением высоты отскока, с переводом мяча на другую руку, с изменением направления движения, с обводкой препятствия. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Развитие выносливости. Игра в баскетбол.  | Уметь правильно выполнять технические приёмы по ведению мяча на месте и в движении, играть в баскетбол по правилам. |
| 57-58 | Техника защиты. Техника передвижения: стойка защитника с выставленной вперед ногой, стойка со ступнями на одной линии, передвижение в защитной стойке вперед, назад, в стороны, сочетание способов передвижения с техническими приемами защиты. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 59-60 | Тактика нападения. Индивидуальные действия: выход на свободное место с целью получения мяча, выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета, выбор способа передачи в зависимости от расстояния, применение изученных технических приемов нападения в зависимости от ситуации на площадке, действие одного защитника против двух нападающих. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 61-62 | Тактика нападения. Групповые действия: взаимодействие двух игроков: «передай мяч – выходи», взаимодействие трех игроков – «треугольник», взаимодействие двух игроков с заслонами (внутренним, наружным), взаимодействие двух игроков – переключение. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы. |
| 63-64 | Тактика нападения. Командные действия: организация командных действий по принципу выхода на свободное место, организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий, позиционное нападение с заслонами, организация командных действий против применения противником быстрого прорыва. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы, играть в баскетбол по правилам. |
| 65-66 | Тактика защиты. Индивидуальные действия: выбор места по отношению к нападающему с мячом, применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего, выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча, противодействие нападающему при выходе на свободное место для получения мяча, действие одного защитника против двух нападающих в системе быстрого прорыва, противодействия при бросках в корзину. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. | Уметь правильно выполнять технические приёмы, играть в баскетбол по правилам. |
| 67-68 | Учебная игра. | Играть в баскетбол по правилам. |
| 69-70 | Соревнования по баскетболу. | Играть в баскетбол по правилам. |
| 71-72 | Учебная игра. | Играть в баскетбол по правилам. |
| 73-74 | Соревнования по баскетболу. | Играть в баскетбол по правилам. |

 **5. Требования к студентам после прохождения учебного материала**

**После прохождения учебного материала студент должен**

**Знать:**

* **Характеристику современных форм построения занятий по баскетболу;**
* **Использование ОРУ в решении задач физического развития здоровья;**
* **Возрастные особенности ведущих психических процессов (внимания, памяти, мышления);**
* **Возрастные особенности развития основных физических качеств.**

**Уметь:**

* **Быстро и ловко передвигаться по площадке (в нападении - уметь правильно “открываться”, в защите - уметь правильно “закрывать” защитника);**
* **Свободно ловить и передавать мяч различными способами и на различные расстояния; мяч правой и левой рукой;**
* **Вести мяч правой и левой рукой;**
* **Выполнять броски мяча с близкого расстояния;**
* **Осуществить контроль функционального состояния организма при выполнении физических упражнений;**
* **Определить уровень достижений оздоровительного эффекта и физического совершенства.**

**Демонстрировать:**

* **Изученные элементы баскетбола в двусторонней учебной игре;**
* **Взаимодействия с командой в двусторонней учебной игре;**
* **Развитие физических способностей по социальным тестам средствами баскетбола и региональным тестам физической подготовленности;**
* **Возрастную динамику физической подготовленности;**
* **Оценку показателей физического развития.**

 **материально- техническое обеспечение:**

* **Спортзал (баскетбольная площадка);**
* **Баскетбольные мячи – 15 шт;**
* **Баскетбольный щит – 2 шт;**
* **Набивные мячи – 2 шт;**
* **Скакалки – 15 шт;**
* **Стойки – 5 шт.**
	1. **Литература**
1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.

1. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
2. Байгулов Ю. П:, Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивныe игры, 1973, N3

1. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.

1. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.
2. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
3. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
4. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Программный материал по спортивным играм. Баскетбол; Внеклассная работа. Спортивные секции. Баскетбол.

 *(Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).* Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. **(**2010г).