

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту
Освітньо-кваліфікаційний рівень «Магістр»

ДИПЛОМНА РОБОТА НА ТЕМУ:
**УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
БАСКЕТБОЛІСТІВ В УМОВАХ ПІДВИЩЕННЯ
СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ**

Виконав:

магістрант VI курсу, 61 групи
денної форми навчання
спеціальності 8.01020101 «Фізичне
виховання»

Шепелев О. О.

Науковий керівник:

кандидат наук з фізичного виховання
та спорту, доцент

Яворська Т.Є.

Рецензент:

доктор наук з фізичного виховання
та спорту, професор, завідувач
кафедри теорії та методики
фізичного виховання Житомирського
державного університету імені Івана
Франка

Р.Ф. Ахметов

кандидат педагогічних наук, доцент
кафедри фізичного виховання
Житомирського технологічного
університету

І.І. Петренко

ЗМІСТ

| | |
|--|-----------|
| ВСТУП..... | 3 |
| РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ В УМОВАХ ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ..... | 6 |
| 1.1. Технічна підготовка баскетболістів..... | 6 |
| 1.2. Класифікація техніки гри баскетболістів | 11 |
| 1.3. Техніка виконання кидків із різної відстані в баскетболі..... | 20 |
| РОЗДІЛ II. МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ..... | 27 |
| 2.1. Методи дослідження..... | 27 |
| 2.2. Організація та етапи дослідження..... | 31 |
| 2.3. Методика удосконалення технічної підготовки баскетболістів в умовах підвищення спортивної майстерності (за О.Я.Гомельським)..... | 32 |
| РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ВЛАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ | 47 |
| 3.1. Аналіз та узагальнення отриманих результатів..... | 47 |
| ВИСНОВКИ..... | 63 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ..... | 65 |
| ДОДАТКИ..... | |

ВСТУП

Актуальність. Сучасний рівень спортивних досягнень у баскетболі надзвичайно високий і має явну тенденцію до подальшого зростання технічної та тактичної майстерності спортсменів, які займаються цим видом спорту. Щоб досягти рівня вищих спортивних досягнень в обраному виді спорту, а тим паче перевершити його, потрібне подальше удосконалення системи підготовки команди і гравців.

Наукові дослідження та результати аналізу найбільших змагань дозволяють зробити висновок, чим вище досягнення в будь-якому виді спортивної гри, тим вище вимоги повинні бути пред'явлені в відношенні їх технічної підготовленості (Банніков А. М., Сілкін В. А., Костюков В. В., 2000). Технічна підготовка в баскетболі, особливо у нападі, є важливим, визначальним компонентом тренувального процесу, тому що дозволяє розкрити найбільш сильні індивідуальні якості гравця. Проте рівень підготовленості висококваліфікованих баскетболістів, в тому числі і членів студентських збірних вузів та взагалі студентських збірних країни, все ще не відповідає належним вимогам (Гомельський А. Я., 1994; Черемісін В. П., Лунічкін В. Г., 1997). У зв'язку з чим досить актуальним є пошук більш ефективних засобів і методів удосконалення дій баскетболістів в атаці та захисті.

Об'єкт дослідження – процес удосконалення технічної підготовки баскетболістів групи ПСМ.

Предмет дослідження – технічна підготовка студентів групи підвищення спортивної майстерності.

Мета дослідження – експериментально перевірити ефективність методики О. Я. Гомельського в навчально-тренувальному процесі баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності факультету фізичного виховання і спорту Житомирського державного університету імені Івана Франка.

Гіпотеза дослідження. Нами передбачалося, що запропонована методика О. Я. Гомельського дозволить підвищити рівень результативності виконання кидків та взагалі технічну підготовленість студентів.

Завдання дослідження:

1. Аналіз літературних джерел з проблеми дослідження.
2. Здійснити опитування тренерів з баскетболу щодо ефективності методики Гомельського.
3. Впровадити методику О. Я. Гомельського в навчально-тренувальний процес баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності факультету фізичного виховання та спорту ЖДУ ім. І.Франка та експериментально перевірити її ефективність.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні методи дослідження: аналіз літературних джерел; вивчення та узагальнення багаторічного досвіду провідної спортивно-педагогічної практики; метод експертних оцінок; педагогічні спостереження; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; математично-статистичні методи.

Практичне значення: даної роботи полягає в тому, що результати отримані у дослідженнях розширюють можливість використання засобів, методів та прийомів для формування технічної підготовки студентів групи підвищеної спортивної майстерності.

Апробація результатів дослідження. Про результати досліджень доповідалось на I Всеукраїнській науково-практичній студентській конференції «Студентська спортивна наука – 2015» (15 травня 2015 року, м. Житомир).

Наукова новизна даної роботи полягає в тому, що вперше методика Гомельського була впроваджена в навчально-тренувальний процес баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності факультету фізичного виховання та спорту Житомирського державного університету імені Івана Франка.

Особистий внесок магістранта: магістрантом самостійно була обрана тема магістерської роботи. Разом із науковим керівником складена структура роботи та обрані методи дослідження. Самостійно проаналізована науково-методична література, визначено об'єкт і предмет дослідження, мету та гіпотезу, проведено дослідження та обробка отриманих даних.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, загального висновку, списку використаних літературних джерел, додатків. Робота містить 13 таблиць, 11 рисунків. Основний зміст роботи складає – 70 сторінку. Список літературних джерел нараховує 80 найменувань.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ В УМОВАХ ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

1.1. Технічна підготовка баскетболістів

Підготовка студентів-спортсменів в групах ПСМ з ігрових видів спорту є одним з основних напрямків фізичного виховання. В останній час у науково – методичній літературі широко обговорюється та набуває актуального значення проблема підготовки спортсменів з ігрових видів спорту в умовах ВНЗ. В підготовці студентської баскетбольної команди є свої складності та особливості.

По – перше, склад команди постійно змінюється в зв'язку з вступом першого курсу та випуском студентів старших курсів, які вибувають з команди. По – друге, майже завжди існують складності з комплектацією команди, так як не завжди в університет поступають гравці тих амплуа та фізичної підготовленості, які необхідні команді на даному етапі. Взагалі, існує велика проблема з набором на перший курс студентів – баскетболістів. Саме з цих причин останнім часом студентський баскетбол почав помітно здавати свої позиції. З кожним роком в командах Вищої ліги стає все менше вихованців вузівського баскетболу.

Саме тому, технічна підготовка баскетболістів групи ПСМ дуже важлива. Відповідно, що тренування баскетболістів це – тривалий, багатоетапний процес, обумовлений комплексом чинників: специфікою спортивної діяльності, особливостями біологічної соціально-психологічної природи людини, закономірностями розвитку особистості онтогенезі, законами динаміки певних рухових здібностей у різні вікові періоди і ще цілу низку чинників. З професійної погляду мають також враховуватися потреби цього виду спорту ,час і вивести результати прогнозування цих потреб на майбутнє . Серед принципів побудови такого методичного підходу у наукових дослідженнях виділяється принцип домінантної ознаки, який пов'язують із аналізом модельних характеристик через розбудову

тренувального процесу, реалізованого шляхом впровадження відповідних тренувальних програм, також пошуку підходів для обґрунтування типології здібностей до засвоєння навчальною інформації [66;64].

1.2. Класифікація техніки гри баскетболістів

Техніка баскетболу, що склалася в процесі розвитку виду спорту, включає сукупність прийомів, способів і їх різновидів, що дозволяють найуспішніше вирішувати конкретні ігрові задачі.

Під терміном «прийом техніки» розуміється система рухів, схожих по структурі й направлених на рішення приблизно одного й того ж ігрового завдання. Різноманітність умов, у яких застосовується той чи інший прийом, стимулює формування й вдосконалення способів його виконання. На різних етапах розвитку баскетболу змінювалися й удосконалювалися кількість прийомів, способи їх виконання, критерії оцінки. На перебудову арсеналу впливали зміни правил гри, збагачення її тактики, підвищення рівня інших видів підготовленості гравців.

Таким чином, техніка спортсмена на кожному етапі розвитку - це найбільш ефективний, апробований практикою засіб, який дає можливість гравцеві в рамках правил найбільш успішно діяти в складних ситуаціях боротьби. Для того, щоб досягти найкращих результатів в ігрових положеннях, що миттєво змінюються, баскетболіст повинен володіти всім багатством різноманітності технічних прийомів і способів, уміти вибрати найбільш відповідний прийом або поєднання прийомів, швидко й точно їх виконати.

Критерії вищої технічної майстерності: вільне володіння оптимальним об'ємом прийомів і способів для повноцінного виконання заданих ігрових функцій у поєднанні з двома-трьома коронними прийомами нападу і захисту; точність і ефективність виконання вказаних прийомів; стабільність виконання прийомів при впливі подразнюючих чинників - значному стомленні, психологічній напрузі, скрутних зовнішніх умовах і т.д.; уміння управляти фазами технічного прийому залежно від конкретних варіантів

протидії суперника; надійність виконання прийомів, яка визначається високою точністю впродовж багатоденного турніру, від матчу до матчу без істотних негативних відхилень.

1.3. Техніка виконання кидків із різної відстані в баскетболі

Одним з важливих технічних прийомів гри є кидки по кільцю, від яких залежить виграш всієї команди.

Як вже зазначалось, кидки по кільцю - найважливіший технічний елемент гри, кінцева мета всіх дій на майданчику. У завдання тренера входить напрямок цієї роботи, її дозування та виправлення технічних помилок. Тренер разом з гравцем визначає оптимальний спосіб кидка, виходячи з фізичних можливостей, рухових навичок і психологічних особливостей гравця. Після цього починається складна і дуже важлива робота з відпрацювання техніки виконання кидка, доведення його до досконалості. Кваліфікована баскетбольна команда виконує за час зустрічі в середньому 70-80 кидків у кошик з гри.

Підготовка до виконання кидка складає основний зміст гри команди в нападі, а попадання в кошик - її головна мета. Для успішної участі в змаганнях кожен баскетболіст повинен не тільки вміло застосовувати передачі, ловлю і ведення м'яча, але і точно атакувати кільце, виконуючи кидки з різних вихідних положень, з будь-яких дистанцій при протидії суперників[24;25].

У кидках краще надавати м'ячу обертання навколо горизонтальної осі в бік, протилежний напрямку польоту (зворотне обертання).

У кидках з під щита з важких положень застосовується обертання м'яча навколо вертикальної осі, що дозволяє більш вільно вибрати точку віддзеркалення від щита. Кидки з середньої дистанції і дальньої доцільно виконувати найсильнішою рукою. Траєкторію польоту м'яча вибирають залежно від дистанції, росту гравця, висоти його стрибка та активності протидії високорослої захисника. При кидках із середніх (3-6,25 м від кільця) і далеких (понад 6,25 м від кільця) дистанцій найкраще обирати оптимальну

траєкторію польоту м'яча - при якій вища точка над рівнем кільця приблизно 1,4-2 м ; при більш навісній траєкторії кілька подовжується шлях м'яча, що знижує точність кидка. Чим більше дистанція, тим більше повинна бути амплітуда рухів при замаху, могутніше заключне зусилля при випуску м'яча[12;75].

РОЗДІЛ II. МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

У другому розділі представлені основні методи дослідження, які використовувались у проведеній науковій роботі.

- Аналіз літературних джерел.
- Педагогічний експеримент.
- Метод експертних оцінок.
- Педагогічне спостереження.
- Педагогічне тестування.
- Методи математичної статистики.

РОЗДІЛ ІІІ. РЕЗУЛЬТАТИ ВЛАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

3.1. Аналіз та узагальнення отриманих результатів

За допомогою аналізу літературних джерел та вивчення спеціальної педагогічної літератури і електронних засобів інформації, які дозволили обрати методику для удосконалення технічної підготовки баскетболістів групи ПСМ.

Нами була обрана методика О.Я.Гомельського, яка на нашу думку мала ефективно вплинути на технічну підготовку студентів.

Відомо, що ефективні системи гри базуються на індивідуальних діях кожного гравця. Тому, найкращими будуть завжди ті команди, гравці яких відмінно засвоїли основи гри у баскетбол.

Вкінці впровадження у навчально-тренувальний процес запропонованої методики динаміка показників зазнала суттєвих змін у зрості результатів експериментальної групи. Після тренувань за запропонованою методикою слід відзначити найбільший прогрес у результатах тесту (штрафний кидок) та (комбінована вправа).

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел з дозволив встановити, що підготовка студентів-спортсменів в групах ПСМ з ігрових видів спорту є одним з основних напрямків фізичного виховання та в останній час у науково – методичній літературі широко обговорюється та набуває актуального значення проблема підготовки спортсменів з ігрових видів спорту в умовах ВНЗ. В підготовці студентської баскетбольної команди є свої складності та особливості.

Наукові дослідження та результати аналізу найбільших змагань дозволяють зробити висновок, чим вище досягнення в будь-якому виді спортивної гри, тим вище вимоги повинні бути пред'явлені в відношенні їх технічної підготовленості (Банніков А. М., Сілкін В. А., Костюков В. В., 2000). Технічна підготовка в баскетболі, особливо у нападі, є важливим, визначальним компонентом тренувального процесу, тому що дозволяє розкрити найбільш сильні індивідуальні якості гравця. Проте рівень підготовленості висококваліфікованих баскетболістів, в тому числі і членів студентських збірних вузів та взагалі студентських збірних країни, все ще не відповідає належним вимогам (Гомельський А. Я., 1994; Черемісін В. П., Лунічкін В. Г., 1997).

2. У результаті здійсненого опитування тренерів з баскетболу щодо ефективності методики Гомельського, нами було встановлено, що більшість тренерів вважають методику ефективною – 60 %, 26,67 % згодні з тим, що методика ефективна, але вважають її складною і лише незначна частка опитуваних тренерів нейтрально оцінюють методику – 13.33 %.

3. Після впровадження методики Гомельського у навчально-тренувальний процес баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності факультету фізичного виховання та спорту ЖДУ ім. І.Франка нами було перевірено її ефективність. Так, визначено, що методика

ефективна та результати баскетболістів експериментальної групи покращилися значно краще, ніж контрольної групи.

Це свідчить про ефективність методики О.Я.Гомельського для удосконалення технічної підготовки баскетболістів в умовах підвищення спортивної майстерності.

Методика О.Я.Гомельського дозволила нам суттєво покращити всі досліджувані технічні елементи .

Показники штрафного кидку збільшилися з початкових 5.7 влучань до 6.8 влучань .

У кидках з 3-очкової лінії показник влучань збільшився з 2.9 до 3.9 , що є гарним показником для цього виду кидку.

У кидках з середньої відстані цей показник збільшився з 4.9 до 6.0 влучань.

Також, нами була досліджена техніка пересувань за допомогою тесту (комбінована вправа) ,швидкість виконання збільшилась з 33.1 секунди до 31.88 секунди .

Одним із найскладніших технічних елементів є кидок з супротивом, його показники на початку експерименту становили 3.9 влучання з середньої відстані і 1.9 влучання з трьох очкової відстані ,ці показники зросли до 4.7 і 2.8 влучань .

Все це свідчить про ефективність методики .О.Я Гомельського.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Айропетянц Л.Р., Гадик М.А. Спортивные игры Ташкент : 2 Ибн. Син.1881.-90с.
2. Андреев В.И. Факторы определяющие эффективность техники дистанционного броска в баскетболе Автореф.канд.пед.наук.- Омск,1988-21с.
3. Баррел Пэе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
4. Баскетбол : Учебник для институтов физической культуры // Под. Ред. Ю.М. Портнова.-М.: Физкультура и Спорт, 1988.-350с.
5. Баскетбол. Броски по кольцу : Мастера советуют.//Физкультура в школе – 1990. - №7 – с.15-17.
6. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000.-352 с.
7. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.-М.: Советский спорт, 2006.- 100 с.
8. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры // Под.ред. Ю.М. Портнова. - М.: Физкультура и Спорт, 1997.-480с.
9. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ.ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.
10. Башкирова В.Г., А.Т. Петросян:Метод.рекомендации подгот.: Некоторые рекомендации по подготовке центровых игроков. - М.: [Б.И.], 1999
11. Башкирова В.Г.: Некоторые рекомендации по тактике нападения против личной и зонной защиты. - М.: [Б.И.], 1999
12. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу // Физкультура в школе.- 1990.-№6,7- с.17-18.
13. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Полынья , 1986. – 111с.

14. Бутин И. М., И.А. Бутина, Т.Н. Леонтьева, С.М. Масленников: Физическая культура в начальных классах. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003
15. Вальтин А.И. Методика совершенствования в технике бросков мяча в игре баскетбол/. Автореф. дис. на соиск. учен.степ. канд. пед. наук. - Киев, 1984.-24с.
16. Вальтин А.И. Мини-баскетбол в школе. - М.: Просвещение,1976.- 111с.
17. Волков Л.В., Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2002
18. Глазырина Л.Д.: Конспекты уроков для учителя физкультуры: 1 класс. - М.: Владос, 2003
19. Глазырина Л.Д.: Конспекты уроков для учителя физкультуры: 3 класс. - М.: Владос, 2006
20. Глазырина Л.Д.: Конспекты уроков для учителя физкультуры: 4 класс. - М.: Владос, 2006
21. Гомельский Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
22. Данилов В.А. Повышения эффективности игровых действий в баскетболе .: Автореф.дис.доктора пед. наук-М.1996.-43с.
23. Джон Р., Вуден. Современный баскетбол. - М.: Физкультура и спорт,1997.-58с.
24. ЖелезнякЮ.Д. и А.Я. Гомельский :1000баскетбольных упражнений. - М.: Академия, 2006
25. ЖелезнякЮ.Д., Ю.М. Портнова ; рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры : совершенствование спортивного мастерства. - М.: Академия, 2008
26. Жозе Пископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2006.
27. Зельдович Т.,Кершина С. Подготовка юных баскетболистов. – М.: Физкультура и спорт, 1964.-48с.

28. Зинин А.М. Детский баскетбол. - М.: Физкультура и спорт , 1969.-183с.
29. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
30. Ковалева В.Д.: Спортивные игры. - М.: Просвещение, 1998
31. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11кл.; Метод. Пособие.-М.:Дрофа, 2003.-176 с.
32. Конеевой: Спортивные игры: правила, тактика, техника. - Ростов на/Д: Феникс, 2004
33. КосминаИ.П., А.П. Паршиков, Ю.П. Пузырь: Спорт в школе. - М.: Советский спорт, 2003
34. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.
35. Костикова Л.В. Суслов Ф.П. Фураева Н.В. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле (методические разработки). Москва 2002г.
36. Костикова Л.В., Родионов А.В., Чернов С.Г. Целевая комплексная программа подготовки российских спортсменов к ИграмXXX Олимпиады 2012 года в Лондоне (баскетбол). - М., РФБ, 2005.
37. Коузи Б., Пауэр Ф. Анализ и концепции в современном баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 1975.-120с.
38. Краузе Д., Мейер Д., Мейер Дж. Баскетбол – навыки и упражнения. М. АСТ. Астрель. 2006. 216 с.
39. Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. Технические приемы игры в баскетбол. – Волгоград, 1984.-35с.
40. Кудряшов В.А., Рудакас В.И. Баскетбол в школе/ Учебное пособие для учителей школ. Л., Учпедлит, 1960.-154с.
41. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения.- Изд.2-е- М.: Физкультура и спорт, 2002.-136с.

42. Кузин В.В., Полиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучения, - М.: Физкультура и спорт, 1999.-133с.
43. Кузин В.В.: Баскетбол. - М.: Физкультура и спорт, 1999
44. Линдберг Ф. Баскетбол: Игры и обучение. – М.: Физкультура и спорт, 1971.-278с.
45. Лихачев О.Е., Фомин С.Г., Чернов С.В., Мазурина А.В. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе. Учебное пособие. Москва-Смоленск, 2011.
46. Лысенко В.В., Михайлина Т.М., Долгова В.А., Жиленко В.А. Практикум по спортивной метрологии/ Учебное пособие – Краснодар: КГАФК, 1997.-179с.
47. Лях В.И.: Физическая культура: 10-11 кл.. - М.: Просвещение, 2006
48. Манасян Ж.А. Эфорективные средства и методы обучения баскетболу детей младшего школьного возраста./ Автореф, дис....канд. пед. наук. – м., 1986.-25с.
49. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991.-543с.
50. Матрунин В.П. Баскетбол на уроках в V-VI классах. // Физкультура в школе – 1990.-№1- с.18-21.
51. Мирошникова Р.В., Потапова Н.М., Кудряшов В.А. Начальное обучение баскетболу.- Волгоград, 1994.-35с.
52. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.
53. Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д. На уроках баскетбол// Физическая культура в школе. – 1991.-№2- с. 27-30.
54. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. - М.: Академия, 2010
55. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008

56. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2007
57. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2004
58. Нестеровский Д.И.: Баскетбол: Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008
59. Обучение технике игры в баскетбол/ Метод.рекомендаций для студентов ИФК. сост. Ермаков В.А. – Тула 1992.-25с.
60. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.
61. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов М.: - Физкультура и спорт, 1986.-286 с.
62. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов с ссузов физической культуры.-М.: СпортакадемПресс, 2002.-279 с.
63. Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 1996.
64. Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2004.
65. Программа физического воспитания на основе одного из видов спорта // Физическая культура в школе. – 1985- №5- С.18-23.
66. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.
67. Собянин Ф.И.: Физическая культура. Организация и проведение викторин в общеобразовательном учреждении. - М.: Дрофа, 2007
68. Суетнов К.В. Баскетбол в 5-8 классах общеобразовательной школы: Учебное пособие, - Алма-Ата, 1987-82с.
69. Суетнов К.В. Обучение школьников игре в баскетбол/ Учебное пособие. – Алма-Ата, 1985-92с.

70. Туркунов Б.И. Обучение баскетболу (V-VI классах)// Физкультура в школе. – 1993.-№4.-С.13-20.
71. Ульянов В.А. Баскетбол. Первые шаги. // Физкультура в школе.- 1990.- №1- с 37-40.
72. Федеральное агентство по физической культуре и спорту: Баскетбол. - М.: Советский спорт, 2007
73. Федосеев В.В. На уроках баскетбола.// Физкультура в школе- 1995.- №2-с.26-27.
74. Физкультура. Методика преподавания, спортивные игры/Серия «Книга для учителя».-ростов н/Д: «Феникс», 2003.-256 с.
75. Хмелик Н.А. Постарайся попасть в кольцо. – М.: Физкультура и спорт, 1985.-70с.
76. Чернов С.В., Костикова Л.В., Фомин С.Г. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование. Учебное пособие. М., ФК, 2009.
77. Шерстюк А.А. и др. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки: Учебное пособие, - Омск, 1991.-60с.
78. Яхонтов Е.Р. Мини-баскетбол. – М.: Физкультура и спорт, 1987.- 35с.
79. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов. Учебное пособие. С-П. 2000. 58 с.
80. Яхонтов Е.Р., Генкин В.А. Баскетбол. – М.: Физкультура и спорт, 1978.-45с.