

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Маляевская основная общеобразовательная школа» Ленинского  
муниципального района Волгоградской области

Принята: на заседании  
методического совета  
от «15» августа 2022г.  
протокол №11

Утверждено:

Директор МКОУ «Маляевская ООШ»  
Башаев Д.А.  
приказ № 95 от «15» август 2022г.



**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
по физкультурно-спортивной направленности  
«БАСКЕТБОЛ»**

Возраст учащихся 14-15 лет  
Срок реализации 1год  
Объем программы – 68 часов

**Автор составитель:  
Бахтигузина Румия Ряшитовна  
учитель МКОУ «Маляевская ООШ»**

**С. Маляевка 2022**

## Пояснительная записка

Баскетбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Одновременно баскетбол оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов обучающегося (восприятие, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что создается необходимостью соблюдения правил и условий, игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Актуальность:** баскетбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. В учебном процессе баскетбол используется как важное средство общей физической подготовки. Широкое применение баскетбола объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств, и в тоже время использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодёжи;
- простотой правил игры, высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Динамика упражнений гармонично влияет на подвижность суставов, развивает связочный аппарат, увеличивает мышечную силу, повышает выносливость организма, развивает быстроту движений, реакцию и координацию.

Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов.

**Новизна данной образовательной программы** - заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в баскетболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т.п.

**Педагогическая целесообразность:** в ходе освоения программы приобретаются не только простейшие умения обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства.

**Отличительной особенностью данной образовательной программы** является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов, и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки.

**Адресат программы:**

Данная программа составлена для обучающихся 14 -15 лет.

**Объем и срок реализации программы:**

Сроки реализации программы - 1 год, 2 часа в неделю, 68 часов в год.

**Цель:** Формирование устойчивых умений и навыков игры в баскетбол. **Задачи:**

**предметные:**

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований.
- Обучить техническим приёмам и правилам игры;
- Обучить тактическим действиям игры;
- Обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- Обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- Обучить правильному выполнению упражнений.
- Сформировать знания о способах общей физической подготовки; развития силы, гибкости, ловкости, выносливости;

**метапредметные:**

- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм.
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- Развить, разработать и укрепить различные группы мышц;
- Расширить спортивный кругозор детей.

**Личностные:**

- Воспитать понимание дружного сплоченного коллектива.
- Воспитывать культуру поведения.
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

- Воспитать потребность в здоровом образе жизни. Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

### **Условия реализации программы**

Условия набора: в группу принимаются обучающиеся 14-15 лет, все желающие заниматься в данном объединении, наличия справки об отсутствии медицинских противопоказаний, разнополые.

Комплектование групп проводится до 20 сентября Формы проведения программы кружка

В ходе реализации данной образовательной программы создается объективная картина таланта или отсутствие его у каждого занимающегося.

- Контроль соблюдения техники безопасности;
- Тестирование на знание теоретического материала;
- Самостоятельные задания для каждого обучающегося;
- Проведение товарищеских встреч
- Участие в различных соревнованиях;
- Привлечение к судейству соревнований школьного уровня
- Результаты, показанные в соревнованиях (чем выше занятое место, тем эффективнее проделанная работа).

*Наполняемость учебной группы:* – 8 чел.

Возраст участвующих в реализации программы:

### **Формы и режим занятий:**

Занятия групповые, индивидуальные, сочетание индивидуальных с групповыми, проводятся 1 год обучения: 68 часов, 1 раза в неделю по 2 часа;

Продолжительность академического часа – 40 минут.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в баскетбол.

В практической части углубленно изучаются технические приемы и тактические комбинации.

В рамках содержания первого раздела занимающейся получают теоретические знания о истории возникновения баскетбола. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Знакомятся с оборудованием площадки для игры в баскетбол. В ходе бесед и лекции занимающейся знакомятся с основными правилами игры. Изучая таблицы и наглядные пособия получают представления о судействе игры, жестов судей. На занятиях используется беседа с занимающимися, рассказ педагога дополнительного образования, работа с дополнительной литературой, таблицами. При изучении разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений, занимающихся при изучении раздела программ -№7 Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации.

#### **Материально- техническое обеспечение:**

Помещение спортзала (баскетбольная площадка);

Баскетбольные мячи – 12 шт;

Баскетбольный щит – 2 шт;

Набивные мячи – 1 шт;

Скакалки – 12 шт;

#### **Планируемые результаты освоения программы и способы их проверки:**

##### *Предметные результаты:*

- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по баскетболу;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу.

##### *Метапредметные результаты:*

- Формировать умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Формировать способности конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Развивать умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;
- Развитие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья

##### *Личностные результаты:*

- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.
- Содействие правильному физическому развитию;
- Развивать мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции;

### **Учебный план**

№ п/п	Раздел и тема.	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т/Б. Комплектование группы.	1	1		Предварительный

2	Основы знаний	1	1		Оперативный
3	Передача мяча.	6		12	Текущий, коррекционный
4	Ведение мяча.	6		11	Текущий, коррекционный
5	Броски.	5		11	Текущий, коррекционный
6	Игра в нападении.	3		8	Текущий, коррекционный
7	Игра в защите	3		9	Текущий, коррекционный
8	Игровая деятельность.	9		15	Текущий, коррекционный
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>2</b>	<b>66</b>	

### Содержание обучения:

#### 1. Вводное занятие

Теория: История возникновения и развития баскетбола. Современное состояние баскетбола. Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности при занятиях баскетболом.

#### 2. Основы знаний

Теория: а) гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в баскетбол;  
б) основные правила игры: состав команд и функции игроков, игровое время, начало игры и спорный бросок, перерывы в игре и замены игроков, игра мячом и вбрасывания, нарушения в игре, жесты судий.

#### Передача мяча

Практика: а) передача одной рукой от плеча; б) двумя руками от груди;  
в) выбор конкретной передачи в зависимости от расстояния;  
г) передачи на месте и в движении;  
д) логика выбора вида передачи в тех случаях, когда перед игроком с мячом располагается защитник;  
е) приемлемые виды передач для каждой конкретной ситуации при сопротивлении защитников;  
ж) ситуационная техника передач.

#### Ведение мяча Практика:

а) стойка при высоком и низком ведении;  
б) характер контакта кисти ведущей руки с мячом;  
в) изменения направления движения;  
г) вышагивание, скрестный шаг, поворот;  
д) перевод мяча перед собой и за спиной;  
е) повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом;  
ж) перевод мяча между ногами.

#### Броски Практика:

а) основные характеристики бросков;  
б) бросок двумя руками от груди;  
в) техника выполнения точностных бросков в движении;  
г) бросок «на один счет», бросок «на два счета», бросок «на три счета»;

- д) бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть. Дистанция 3-4 м ;
- е) бросок с легким подскоком или в невысоком прыжке на один счет с подниманием локтя на одну четверть или чуть выше. Дистанция 4-5,5 м;
- ж) бросок с легким подскоком или в невысоком прыжке на один счет с подниманием локтя на одну четверть или чуть выше. Дистанция 4-5,5 м; з) броски одной рукой в движении сверху и снизу;
- и) корректировка техники бросков;
- к) подбор и добивание мяча.

*Игра в нападении Практика:*

- а) взаимодействие двух и трех нападающих;
- б) ситуационная техника (в этом отличие предлагаемого материала от традиционного, не встречавшегося до сих пор в учебниках и учебных пособиях);
- в) взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине; передача и рывок к корзине с изменением направления движения; рывок за спиной защитника;
- г) взаимодействие трех нападающих: взаимодействие двух игроков задней линии и крайнего нападающего;
- д) взаимодействие двух игроков задней линии и центрального.

*Игра в защите Практика:*

- а) групповые взаимодействия защитников: действие в численном меньшинстве;
- б) противодействие заслонам;
- в) создание ситуации оправданного риска при попытке перехватить мяч;
- г) индивидуальные защитные действия: держание нападающего с мячом в позиции игрока задней линии; держание игрока с мячом на линии штрафного броска, держание игрока с мячом на боковой линии в области штрафного броска; д) защита в численном меньшинстве.

*Игровая деятельность Практика:*

- а) применение полученных знаний в игре;
- б) самостоятельные решения игровых ситуаций.

*Итоговое занятие*

Подведение итогов за год. Анализ работы. Награждение отличившихся детей.

### Календарно-тематический план

№ п/п	Раздел (или тема) учебнотематического плана	Дата проведения занятия		Количество часов			Форма контроля
		Планируе мая	Фактически я	Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по Т/Б. Комплектование группы.	01.10		1	1		текущий
2.	Основа знаний	06.10		1	1		текущий
3.	Игровая деятельность	08.10		1		1	текущий
4.	Передача мяча.	13.10		1		1	текущий
5.	Игровая деятельность	15.10		1		1	текущий
6.	Ведение мяча.	20.10		1		1	текущий
7.	Игровая деятельность	22.10		1		1	текущий
8.	Броски.	27.10		1		1	текущий
9.	Игровая деятельность	29.10		1		1	текущий
10.	Игровая деятельность	03.11		1		1	текущий
11.	Передача мяча	05.11		1		1	текущий
12.	Ведение мяча.	10.11		1		1	текущий
13.	Броски.	12.11		1		1	текущий
14.	Передача мяча	17.11		1		1	текущий



15.	Ведение мяча.	19.11		1		1	текущий
16.	Броски.	24.11		1		1	текущий
17.	Игровая деятельность	26.11		1		1	текущий
18.	Передача мяча	01.12		1		1	текущий
19.	Ведение мяча.	03.12		1		1	текущий
20.	Броски.	08.12		1		1	текущий
21.	Игровая деятельность	10.12		1		1	текущий
22.	Игра в защите	15.12		1		1	текущий
23.	Передача мяча	17.12		1		1	текущий
24.	Ведение мяча.	22.12		1		1	текущий
25.	Броски.	24.12		1		1	текущий
26.	Игровая деятельность	29.12		1		1	текущий
27.	Игра в защите	12.01		1		1	текущий
28.	Игра в нападении.	14.01		1		1	текущий
29.	Передача мяча	19.01		1		1	текущий
30.	Игровая деятельность	21.01		1		1	текущий
31.	Ведение мяча.	26.01		1		1	текущий
32.	Игра в нападении.	28.01		1		1	текущий
33.	Броски	02.02		1			текущий
34.	Игра в защите	04.02		1		1	текущий
35.	Передача мяча	09.02		1		1	текущий
36.	Игровая деятельность	11.02		1		1	текущий
37.	Ведение мяча.	16.02		1		1	текущий

38.	Игра в нападении.	18.02		1		1	текущий
39.	Броски	23.02 (перенос)		1		1	текущий
40.	Игра в защите	25.02		1		1	текущий
41.	Передача мяча	02.03		1		1	текущий
42.	Игровая деятельность	04.03		1		1	текущий
43.	Ведение мяча.	09.03		1		1	текущий
44.	Игра в нападении.	12.03		1		1	текущий
45.	Броски	16.03		1		1	текущий
46.	Игра в защите	19.03		1		1	текущий
47.	Передача мяча	23.03		1		1	текущий
48.	Игровая деятельность	26.03		1		1	текущий
49.	Ведение мяча.	30.03		1		1	текущий
50.	Игра в нападении.	01.04		1		1	текущий
51.	Броски	06.04		1		1	текущий
52.	Игра в защите	08.04		1		1	текущий
53.	Передача мяча	13.04		1		1	текущий
54.	Игровая деятельность	15.04		1		1	текущий
55.	Ведение мяча.	20.04		1		1	текущий
56.	Игра в нападении.	22.04		1		1	текущий
57.	Броски	27.04		1		1	текущий
58.	Игра в защите	29.04		1		1	текущий
59.	Передача мяча	04.05		1		1	текущий

60.	Игровая деятельность	06.05		1		1	текущий
61.	Ведение мяча.	11.05		1		1	текущий
62.	Игра в нападении.	13.05		1		1	текущий
63.	Броски	18.05		1		1	текущий
64-65.	Игра в защите	20.05		1		2	текущий
66-67	Передача мяча	25.05		1		2	текущий
68.	Игровая деятельность	27.05		1		1	текущий
<b>ИТОГО:</b>				<b>68</b>	<b>2</b>	<b>66</b>	

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ДИДАКТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ПРОГРАММЫ

№	Раздел. Тема занятия	Формы занятий	Дидактические средства	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Теоретическое	Наглядные пособия	Опрос
2.	Передача мяча.	Объяснение, практическое занятие	Баскетбольные мячи, аудио и видео материалы	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов.

3.	Ведение мяча.	Объяснение, практическое занятие	Баскетбольные мячи	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг
4.	Броски.	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала.	Баскетбольные мячи,	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи, зачёты.
5.	Игра в нападении.	Лекция, беседа, тренировка показ видео материала, экскурсии, участие в соревнованиях	Баскетбольные мячи, аудио и видео материалы	Контрольные тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
6.	Игра в защите	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Баскетбольные мячи, аудио и видео материалы	Опрос учащихся, тестирование.
7.	Игровая деятельность	Соревнования (школьные, районные), Товарищеские встречи.	Баскетбольные мячи	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов.

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

### ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Портных Ю.И. Игры в тренировке баскетболистов. Учебно-методическое пособие. / Ю.И.Портных., Б.Е. Лосин.-С-П.б. :ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008.-62 с. 2. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. – С-П.б.: Олимп, 2007. - 134 с.
- Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения/ Д.И. Нестеровский.-М.:

Академия, 2008 .-75 с.

Билл Гатмен и Том Финнеган. Всё о тренировке юного баскетболиста/ Билл Гатмен., Том Финнеган.- М.: АСТ \* Астрель 2007.-307с.

8. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР/.

- М.: Советский спорт. 2007. -100 с.

9.Орлан И.В.Баскетбол:Основы обучения/ФГОУ ВПО ВГАФК,Волгоград,2011.-42с.

Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.

Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.

Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.

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.

Костикова Л.В. Суслов Ф.П. Фураева Н.В. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле (методические разработки).

Москва 2002г.

Краузе Д., Мейер Д., Мейер Дж. Баскетбол – навыки и упражнения. М. АСТ.

Астрель. 2006. 216 с.

Официальные правила баскетбола ФИБА 2016. Утверждены ЦБ ФИБА 2016.

Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2004.

Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 1996.

Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.

Чернов С.В., Костикова Л.В., Фомин С.Г. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование. Учебное пособие. М., ФК, 2009.

Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов. Учебное пособие. С-П.

2000. 58

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

4. Билл Гатмен. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл Гатмен.- М.: АСТ:

Астрель, 2006. - 211 с., ил.

7. Сортел,Н. Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков/ Н Сортел.- М.:

АСТ Астрель, 2005.-64 с.

Дополнительная литература:

Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.

Гомельский Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.

Жозе Пископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2006.

Методы подготовки баскетболистов. Методический журнал. Современный баскетбол. Под редакцией Белаш В.В. г.Южный, октябрь, 2005 – 56 с.

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.

Луничкин В., Чернов С., Чернышев С. Тактика позиционного нападения против личной защиты. Метод. пособие для тренеров ДЮСШ. Москва, 2002.

Методическое руководство для судей-секретарей по баскетболу. Москва, 2009.

Сидякин А.И., Гомельский Е.Я. Техника исполнения броска в прыжке.

Методические рекомендации для детских тренеров по баскетболу. Москва, 2010.

Соколовский Б.И., Костикова Л.В. Словарь баскетбольных терминов на английском и русском языках. Москва, РФБ, 2012.

100 лет российского баскетбола: история, события, люди (Текст) : справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.:ил.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

[www.fiba.com](http://www.fiba.com) - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола

[www.fibaeurope.com](http://www.fibaeurope.com) - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола

[www.basket.ru](http://www.basket.ru) - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола

[www.pro100basket.ru](http://www.pro100basket.ru) - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России

[www.mbl.su](http://www.mbl.su) - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги

[www.vtb-league.com](http://www.vtb-league.com) Вэб-сайт лиги ВТБ

[www.euroleague.net](http://www.euroleague.net) - Вэб-сайт Евролиги