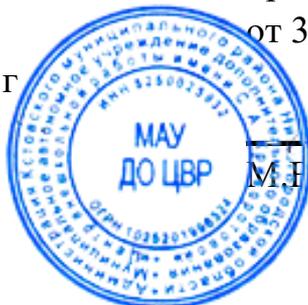


Департамент образования
администрации Кстовского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы имени С. А. Криворотовой»

Рассмотрена
педагогическим советом
МАУ ДО ЦВР
протокол № 1 от 30.08.2024 г

Утверждена
приказом директора
от 30.08.2024 г. № СЛ-751002/24




М.Г. Пожванюк

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа физкультурно-спортивной направленности
спортивной секции «Флорбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: базовый
Вид программы: модифицированная
Возраст учащихся: 10 - 15 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель
педагог дополнительного образования
Мочалкин Михаил Владимирович

г. Кстово
2024 г.

Раздел I. Комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты)

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании нормативных документов:

- Федерального закона РФ от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Локальных нормативных актов образовательной организации.

Актуальность программы приобщение подрастающего поколения к физкультуре и спорту является наиболее важной проблемой в настоящее время. Флорбол доступный вид спорта, не требующий больших материальных затрат и его популяризация позволит привлечь к занятиям спортом большое количество детей и подростков. Флорбол позволяет развивать у учащихся такие качества как быстрота, выносливость, ловкость, способность быстро находить и принимать правильные решения в разных ситуациях, правильно и быстро отвечать действиями на действия своего соперника.

Отличительные особенности программы

Доступность в обучении для всех категорий населения вне зависимости от степени материальной обеспеченности ввиду того, что:

- ✓ флорбол не имеет ограничений по полу и возрасту, что дает возможность участия в соревнованиях по установленным возрастным категориям уже на ранних стадиях подготовки;
- ✓ возможность достижения относительно высоких результатов на ранних стадиях и за короткий период, в отличие от традиционного ледового хоккея, предполагающего наличие особых персональных физических качеств обучаемого, обучения и более высоких требований к подготовке;

✓ строгие правила международного и российского флорбола, исключают контакты игроков, приводящие к травмам, что создает благоприятные условия для широкого привлечения контингента учащихся;

✓ воплощение в подготовке флорболистов элементов и систем подготовки по многим любимым и традиционным видам спорта (ледовый хоккей, бадминтон, теннис, легкая атлетика, баскетбол, волейбол и пр.) гармонично развивает физические и интеллектуальные способности учащихся;

✓ обучение флорболу на ранних стадиях образования и воспитания дает знания и навыки в спортивной игровой дисциплине, воспитывает ответственность в коллективе не только за выполнение технических приемов, но и по психологической совместимости, поддерживает нормальное эмоциональное состояние и благополучие учащихся;

✓ на конкретных приемах практики обучения флорболу установлено улучшение физического и эмоционального состояния учащихся, ранее и не помышлявших о занятиях не только флорболом, но и другими видами спорта.

Влияние флорбола на развитие личности ребёнка

Однозначно, что флорбол, как и другие спортивные игры и упражнения способствуют укреплению здоровья детей, совершенствованию функций организма (дыхательной, сердечно - сосудистой, нервной систем и т.д.). Способствует физическому развитию.

Особо благоприятные условия часто создаются для развития точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве.

Помимо влияния флорбола непосредственно на организм ребёнка необходимо рассмотреть психологическую характеристику. Среди развивающихся во время игры в флорбол психических качеств, следует выделить *внимание, восприятие, волевые качества*.

Флорбол – игра командная. Дети учатся понимать общую цель, брать на себя ответственность за свои действия, не подводить команду. У детей создаётся привычка поступаться личными интересами ради достижений общей цели команды. Совместная игра способствует взаимопониманию, умению считаться с другими детьми. Ребята приучаются оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение. В играх коллективного характера дети учатся самостоятельно решать конфликты, споры.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Адресат программы

Количество учащихся в объединении не более 15 человек

Возрастные категории 10-15 лет

Формы организации образовательной деятельности

-индивидуально-групповая;

-групповая (занятия ОФП, отработка ударов у стенки и т.д.);

-по подгруппам (работа со спаринг-партнером);

-индивидуальные (проработка упражнения, показ, обращение внимания на ошибки).

Режим занятий.

Занятия в группах проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа каждое (4 часа в неделю, 144 часа в год).

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая года (в том числе, занятия проводятся в каникулярное время).

Сетевая форма реализации образовательных программ

На основании статьи 15 «Сетевая форма реализации образовательных программ» Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) реализация настоящей дополнительной общеобразовательной программы осуществляться в сетевой форме совместно с организациями-партнерами МАУ ДО ЦВР.

Применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

На основании статьи 16 «Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе может осуществляться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий будут использованы следующие модели обучения с использованием ресурсов предоставляемых сетью Интернет:

✓ консультации обучаемых, в том числе рассылка и размещение заданий, проводятся с помощью электронной почты или дистанционной площадки (ВКонтакте);

✓ онлайн консультации и занятия (групповые и индивидуальные) с обучаемыми, проводятся с помощью средств телекоммуникаций (Сферуи, Skype, Zoom, Viber).

✓ размещение видеоуроков занятий осуществляется на видеохостинге RuTube или дистанционной площадке объединения в социальной сети ВКонтакте.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

Задачи:

Образовательные:

✓ получение необходимых знаний по истории и идеологии игры, изучение Правил и Регламентов Мирового и Российского флорбола, получение знаний по теоретической и специальной подготовке флорболистов;

✓ получение знаний, умений и навыков в индивидуальной и командной подготовке на данный период обучения. Формирования принципов достижения и развития навыков в игровой практике флорбола;

✓ получение знаний о спортивной подготовке по флорболу, формирование требований и критериев самоконтроля и самооценки для спортивной ориентации и профотбора в спортивных играх;

✓ привитие знаний для индивидуального развития памяти, внимания, оперативного мышления, и воображения обучаемых.

✓ **Воспитательные:**

✓ определение, развитие и воспитание физических задатков и спортивности учащихся;

✓ формирование и воспитание общей и спортивной (игровой) дисциплины и культуры поведения по общепринятым и специальным нормам и требованиям;

✓ формирование и воспитание психологического и эмоционального состояния индивидуально и в составе группы (команды) на основе восприятия критики преподавателя и коллектива, требований общей и спортивной этики поведения;

✓ профилактика асоциального поведения на базе общепринятых норм и требований воспитания.

✓ **Развивающие**

✓ развитие и укрепление физического и духовного состояния учащихся с планомерной оценкой динамики роста соответствующих показателей диагностики;

✓ развитие усердия, терпения и настойчивости в достижении результатов;

✓ формирование и развитие коллективного результата игры и зависимости его от подхода и действий каждого учащегося в группе (команде). Развитие творческого Подхода каждого в достижении командных (групповых) результатов;

✓ формирование и развитие чувства индивидуальной ответственности в действиях и результатах коллектива команды. Развитие понятия командной инициативы и активности;

✓ развитие степени индивидуальной самооценки, самоконтроля;

✓ формирование и развитие чувства ответственности учащегося за нарушение общепринятых норм и требований к поведению.

1.3.Содержание программы

1.3.1.Учебный план

Первый год обучения

№	Раздел и тема занятия	Количество часов	Форма
---	-----------------------	------------------	-------

		Всего	Теория	Практика	аттестации
1.	Раздел 1. Введение.	4	4		Беседа. Опрос.
2.	Раздел 2. История флорбола.	2	2		Опрос
3.	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)	14	2	12	Выполнение нормативов
4.	Раздел 4. Специальная физическая подготовка (СФП)	16	2	14	Выполнение нормативов
5.	4.1.Упражнения для развития быстроты.	6	1	5	Беседа. Наблюдение
6.	4.2.Упражнения для развития ловкости.	5		5	Наблюдение
7.	4.3.Упражнения для развития гибкости.	5		5	Наблюдение
8.	Раздел 5. Техническая подготовка (ТХП)	34	4	32	Выполнение нормативов
9.	5.1.Техника передвижения.	10	1	9	Наблюдение
10.	5.2.Техника нападения	10	1	9	Наблюдение
11.	5.3.Техника защиты.	10	1	9	Наблюдение
12.	5.4.Техника игры вратаря	4	1	3	Наблюдение
13.	Раздел 6. Тактическая подготовка (ТП)	32	4	28	Выполнение нормативов
14.	6.1.Тактика игры и нападения.	14	1	13	Наблюдение
15.	6.2.Тактика игры в защите	14	1	13	Наблюдение
16.	6.3.Тактика игры вратаря	4	1	3	
17.	Раздел 7. Контрольные нормативы	6		6	Выполнение нормативов
18.	Раздел 8. Участие в соревнованиях	16		16	Наблюдение
19.	Раздел 9. Психологическая и моральная - волевая подготовка	8	2	4	Беседа. Наблюдение
20.	Раздел 10. Правила игры в флорбол	6	2	4	Беседа. Опрос
21.	Контроль подготовленности учащихся	2		2	Выполнение нормативов
22.	Итоговая аттестация	2		2	Выполнение нормативов

23.	Подведение итогов	2	1	1	Беседа. Опрос
	Всего	144	25	119	

Второй год обучения

№	Раздел и тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Введение.	4	2	2	Беседа. Опрос.
2.	Раздел 2. История флорбола.	2	2		Опрос
3.	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)	14	2	12	Выполнение нормативов
4.	Раздел 4. Специальная физическая подготовка (СФП)	16	1	15	Выполнение нормативов
5.	4.1. Упражнения для развития быстроты.	6	1	5	Беседа. Наблюдение
6.	4.2. Упражнения для развития ловкости.	5		5	Наблюдение
7.	4.3. Упражнения для развития гибкости.	5		5	Наблюдение
8.	Раздел 5. Техническая подготовка (ТХП)	34	4	32	Выполнение нормативов
9.	5.1. Техника передвижения.	10	1	9	Наблюдение
10.	5.2. Техника нападения	10	1	9	Наблюдение
11.	5.3. Техника защиты.	10	1	9	Наблюдение
12.	5.4. Техника игры вратаря	4	1	3	Наблюдение
13.	Раздел 6. Тактическая подготовка (ТП)	32	4	28	Выполнение нормативов
14.	6.1. Тактика игры и нападения.	14	1	13	Наблюдение
15.	6.2. Тактика игры в защите	14	1	13	Наблюдение
16.	6.3. Тактика игры вратаря	4	1	3	
17.	Раздел 7. Контрольные нормативы	6		6	Выполнение нормативов
18.	Раздел 8. Участие в соревнованиях	16		16	Наблюдение
19.	Раздел 9. Психологическая и моральная - волевая подготовка	8	1	5	Беседа. Наблюдение

20.	Раздел 10. Правила игры в флорбол	6	1	5	Беседа. Опрос
21.	Контроль подготовленности учащихся	2		2	Выполнение нормативов
22.	Итоговая аттестация	2		2	Выполнение нормативов
23.	Подведение итогов	2	1	1	Беседа. Опрос
	Всего	144	21	123	

Третий год обучения

№	Раздел и тема занятия	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Введение.	4	2	2	Беседа.Опрос.
2.	Раздел 2. История флорбола.	2	2		Опрос
3.	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)	14	2	12	Выполнение нормативов
4.	Раздел 4. Специальная физическая подготовка (СФП)	16	1	15	Выполнение нормативов
5.	4.1.Упражнения для развития быстроты.	6	1	5	Беседа. Наблюдение
6.	4.2.Упражнения для развития ловкости.	5		5	Наблюдение
7.	4.3.Упражнения для развития гибкости.	5		5	Наблюдение
8.	Раздел 5. Техническая подготовка (ТХП)	34	4	32	Выполнение нормативов
9.	5.1.Техника передвижения.	10	1	9	Наблюдение
10.	5.2.Техника нападения	10	1	9	Наблюдение
11.	5.3.Техника защиты.	10	1	9	Наблюдение
12.	5.4.Техника игры вратаря	4	1	3	Наблюдение
13.	Раздел 6. Тактическая подготовка (ТП)	32	4	28	Выполнение нормативов
14.	6.1.Тактика игры и нападения.	14	1	13	Наблюдение
15.	6.2.Тактика игры в защите	14	1	13	Наблюдение
16.	6.3.Тактика игры вратаря	4	1	3	

17.	Раздел 7. Контрольные нормативы	6		6	Выполнение нормативов
18.	Раздел 8. Участие в соревнованиях	16		16	Наблюдение
19.	Раздел 9. Психологическая и моральная - волевая подготовка	8	1	5	Беседа. Наблюдение
20.	Раздел 10. Правила игры в флорбол	6	1	5	Беседа. Опрос
21.	Контроль подготовленности учащихся	2		2	Выполнение нормативов
22.	Итоговая аттестация	2		2	Выполнение нормативов
23.	Подведение итогов	2	1	1	Беседа. Опрос
24.	Всего	144	21	123	

1.3.2.Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение.

Тема 1.1. Флорбол – как вид спорта.

Теория: Ознакомление учащихся с программой на учебный год.

Тема 1.2. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Рекомендация по Т.Б. и профилактика травматизма на занятиях флорбола.

Пожарная безопасность. Оказание первой помощи при травмах.

Раздел 2. История флорбола.

Тема 2.1. Флорбол в России и за рубежом.

Теория: Режим спортсмена, личная гигиена.

Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)

Тема 3.1. Общеразвивающие упражнения без предметов.

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП.

Практика: Упражнение для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки. Выполнить упражнений на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны вращения, повороты головы в различных направлениях. Упражнения для мышц туловища: упражнения на формирование осанки; наклоны повороты, вращения туловища в различных исходных положениях; поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; смешанные упоры и висы лицом и спиной вниз.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория: Понятие СФП. Функции СФП

Практика: Строевые упражнения. ОРУ. Базовые упражнения (подтягивания,

отжимания, прыжковые упражнения, на брюшной пресс, беговые упражнения).
Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры.

Тема 4.1. Упражнения для развития быстроты.

Практика: По зрительному сигналу: рывки с места с максимальной скоростью на 5,10,15м.; рывки из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, по спирали, кругу, восьмерке (лицом и спиной вперед). Эстафеты и игры с применением беговых упражнений.

Тема 4.2. Упражнения для развития ловкости.

Практика: Эстафеты с предметами и без предметов. Бег прыжками через препятствия. Падения и подъемы. Игра клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и в приседе парами».

Тема 4.3. Упражнения для развития гибкости.

Практика: Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращение туловищем, шпагат, полушпагат.

Раздел 5. Техническая подготовка (ТХП).

Тема 5.1. Техника передвижения.

Практика: Стойка флорболиста (высокая, средняя, низкая). Бег. Бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед. Бег приставными и с крестными шагами. Бег по «спирали».

Тема 5.2. Техника нападения.

Практика: Обучение хвату клюшкой одной, двумя руками. Ведение мяча.

Ведение без отрыва клюшки от мяча (перед собой, сбоку), по прямой и по дуге.

Бег приставными и с крестными шагами. Бег по «спирали».

Тема 5.3. Техника защиты.

Практика: Отбор мяча ногами. Выполнение отбора при встречном движении и сбоку. Отбор мяча клюшкой, корпусом, «вытаскивание мяча» концом крюка клюшки.

Тема 5.4. Техника игры вратаря.

Практика: Совершенствование техники перемещений в основной стойке. Техника перемещения лицом и спиной вперед. Совершенствование техники стартов и остановок на коротких отрезках. Развитие умения сохранять и принимать основную стойку после выполнения акробатических упражнений и других действий. Совершенствование техники отбивания низколетящих мячей, летящих с разной скоростью и траекторией. Обучение технике вставания в основную стойку после падения на бок. Игра на выходе.

Раздел 6. Тактическая подготовка (ТП).

Тема 6.1. Тактика игры и нападения.

Практика: Индивидуальные действия. Ведение, обводка, атака ворот. Умение ориентироваться на игровой площадке. Выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров, соперников. Групповые действия. Передачи. Передачи мяча в парах, тройках. На месте и в движении. Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место, игра в «стенку». Игра в атаке 2х0, 3х0, 2х1, 3х1. Обучение передачи мяча в «квадратах» с различными сочетаниями игроков: 3х2, 4х3, 3х1, 3х3, 5х4.

Тема 6.2. Тактика игры в защите.

Практика: Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создания препятствий сопернику в получении мяча. Умение выбрать целесообразный технический прием для отбора и перехвата мяча или нейтрализации соперника в зависимости от игровой ситуации и расположения игроков на площадке. Совершенствование в перехвате мяча. Применение отбора мяча на площадке. Совершенствование в зависимости от игровой обстановки. Противодействий сопернику в выполнении передачи, ведения и ударов поворот. Совершенствование ловли мяча на себя. Групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника. Правильный выбор позиции и страховка партнера. Организация противодействия комбинация «стенка», «скрещивания», «треугольник», «смена мест». Переключение взаимодействия двух игроков против двух - трёх нападающих в центре поля, вблизи борта. Взаимодействия в обороне при розыгрыше противником комбинаций в «стандартных положениях». Взаимодействие защитников и вратаря. Спаренный отбор. Командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу личной, зонной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействий игроков при атаке противника по флангу и через центр.

Тема 6.3. Тактика игры вратаря.

Практика: Обучение и совершенствование индивидуальных тактических действий, и выбор способа противодействия в различных игровых и стандартных ситуациях. Обучение тактическим действиям при атаке броском, ударом. Обучение умению определить момент и направление завершения атаки. Указания партнерам по обороне и занятие правильной позиции при розыгрыше стандартных положений вблизи ворот. Игра на выходах из ворот. Развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

Раздел 7. Контрольные нормативы.

Практика: Прыжок в длину с места; прыжки через скакалку; челночный бег -3-10м; метание набивного мяча из-за головы 1(кг);

Раздел 8. Участие в соревнованиях.

Практика: Соревнования по подвижным играм с элементами техники флорбола; учебно-тренировочные игры по упрощенным правилам; эстафеты; дружеские встречи; соревнования между школами; подвижные и спортивные игры.

Раздел 9. Психологическая и моральная-волевая подготовка.

Теория: Воспитание высоких моральных качеств (поведения и отношения к учебе, труду, учебно-тренировочному процессу, к нарушению норм и правил поведения) - повышение уровня общей культуры, интереса к общественной жизни - воспитание волевых качеств (целеустремленности, настойчивости, выдержки и самообладания, решительности и смелости, инициативности и дисциплинированности, целенаправленное развитие психических функций применительно к требованиям флорбола (виды восприятия: "чувство мяча", "чувство партнера", "чувство площадки"). Установление и воспитание совместимости спортсменов в процессе совместной деятельности в составе команды). Адаптация к условиям соревнований. Настройка на игру и руководство командой в игре (установки на игру, разбор игр, замены во время игры).

Раздел 10. Правила игры в флорбол.

Теория: Общие положения, инвентарь и форма, стандарты площадки, правила игры: разрешено, правила игры: запрещено, удаления.

Практика: Применения знаний и навыков в игровой практике.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия флорболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по флорболу.

В области познавательной культуры:

✓ знания по истории развития флорбола в России и мире о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

✓ знание основных направлений развития флорбола в области физической культуры, их целей, задач и форм организации;

✓ знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте флорбола в организации

здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- ✓ способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий по флорболу;
- ✓ доброжелательное и уважительное отношение к учащимся, независимо от особенностей их здоровья,
- ✓ физической и технической подготовленности;
- ✓ умение оказывать помощь учащимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- ✓ способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры соревнований по флорболу.

В области трудовой культуры:

- ✓ способность преодолевать трудности; выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- ✓ способность организовывать самостоятельные занятия по флорболу разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды; способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- ✓ способность организовывать самостоятельные занятия по флорболу, формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- ✓ способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- ✓ способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- ✓ способность интересно и доступно излагать знания о флорболе, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения; способность осуществлять
- ✓ судейство соревнований по флорболу, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

✓ способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

✓ способность составлять планы занятий по флорболу с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

✓ способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

2.1. Календарный учебный график. Рабочая программа

Первый год обучения

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля
1.	сентябрь	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола.	2	Беседа	Опрос
2.	сентябрь	Спортивный травматизм и его предупреждение.	2	Беседа	Опрос
3.	сентябрь	Оборудование, инвентарь и уход за ним.	2	Беседа	Опрос
4.	сентябрь	Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	2	Беседа	Опрос
5.	сентябрь	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Цели и задачи комплекса ГТО требования и нормы физкультурного комплекса.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
6.	сентябрь	Общефизическая подготовка. Построение в шеренгу и колонну. Основная стойка.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
7.	сентябрь	Изучение правил игры. Ведение мяча.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
8.	сентябрь	Ведение мяча различными способами.	2	Практическая работа	Наблюдение
9.	октябрь	Прием и передача мяча на месте.	2	Практическая работа	Наблюдение
10.	октябрь	Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	2	Практическая работа	Наблюдение
11.	октябрь	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение

12.	октябрь	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение
13.	октябрь	Техника выполнения удара, броска по мячу.	2	Практическая работа	Наблюдение
14.	октябрь	Правила хвата и использование его в игре.	2	Практическая работа	Наблюдение
15.	октябрь	Имитация выполнения удара. Имитация перемещений.	2	Практическая работа	Наблюдение
16.	октябрь	Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	2	Практическая работа	Наблюдение
17.	ноябрь	Имитация выполнения удара. Имитация перемещений.	2	Практическая работа	Наблюдение
18.	ноябрь	Правила хвата и использование его в игре.	2	Практическая работа	Наблюдение
19.	ноябрь	Передвижение по залу в игре по направлениям. Учебная игра.	4	Практическая работа	Наблюдение
20.	ноябрь	Прием и передача мяча в парах на месте.	2	Практическая работа	Наблюдение
21.	ноябрь	Передвижения игрока приставными шагами, выпады, бег.	2	Практическая работа	Наблюдение
22.	ноябрь	Прием и передача мяча в парах в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
23.	ноябрь	Бег 10 минут. Передвижения игрока. Выпады с имитацией.	2	Практическая работа	Наблюдение
24.	ноябрь	Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
25.	декабрь	Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
26.	декабрь	Техника выполнения броска с места. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
27.	декабрь	Техника выполнения броска в движении. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
28.	декабрь	Техника движения ногами, руками в игре. Техника передачи мяча в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
29.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом.	2	Практическая работа	Наблюдение
30.	декабрь	Теория: теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	2	Практическая работа	Наблюдение

31.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом, ногой и клюшкой.	2	Практическая работа	Наблюдение
32.	декабрь	Тактические элементы игровых схем в обороне. Общие сведения о стандартных положениях.	2	Практическая работа	Наблюдение
33.	январь	Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	2	Практическая работа	Наблюдение
34.	январь	Теория: Понятия атаки, контратаки, обороны. Варианты игры в меньшинстве. Челночный бег 3х9 м. Прыжки.	2	Практическая работа	Наблюдение
35.	январь	Техника остановки мяча с последующими способами ведения.	2	Практическая работа	Наблюдение
36.	январь	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	2	Практическая работа	Наблюдение
37.	январь	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Прыжки вперед с места, бег на выносливость.	4	Практическая работа	Наблюдение
38.	январь	Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	2	Практическая работа	Наблюдение
39.	январь	Теория: Варианты игры в большинстве.	2	Практическая работа	Наблюдение
40.	январь	Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	2	Практическая работа	Наблюдение
41.	февраль	Игра с утяжеленными повязками на руке и поясе.	2	Практическая работа	Наблюдение
42.	февраль	Физическая подготовка спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.	2	Практическая работа	Наблюдение
43.	февраль	Методы тренировки бросков, ударов по мячу, занятия с отягощением на руку. Навыки контроля своей подготовки.	2	Практическая работа	Наблюдение
44.	февраль	Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	2	Практическая работа	Наблюдение
45.	февраль	Судейство игры, методика судейства.	2	Беседа	Наблюдение
46.	февраль	Методика перехода от медленной игры к быстрой.	2	Практическая работа	Наблюдение

47.	февраль	Игровые упражнения 5x4 и 4x3.	2	Практическая работа	Наблюдение
48.	февраль	Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	2	Практическая работа	Наблюдение
49.	март	Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	2	Практическая работа	Наблюдение
50.	март	Выполнение тактической комбинации 2x1, 1x1.	2	Практическая работа	Наблюдение
51.	март	Выполнение тактической комбинации 2x1, 3x2 со сменой места.	2	Практическая работа	Наблюдение
52.	март	Виды стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение
53.	март	Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение
54.	март	Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
55.	март	Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
56.	март	Прыжки через скакалку. Эстафеты с клюшкой.	2	Практическая работа	Наблюдение
57.	апрель	Игровые приемы во флорболе и способы их выполнения. Челночный бег 3x9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	2	Практическая работа	Наблюдение
58.	апрель	Психологическая подготовка спортсмена.	2	Практическая работа	Наблюдение
59.	апрель	Подскоки, прыжки, подтягивание на высокой перекладине. Учебная игра. Физическая подготовка спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.	2	Практическая работа	Наблюдение
60.	апрель	Передвижение по залу, в игре по направлениям. Учебная игра.	4	Практическая работа	Наблюдение
61.	апрель	Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического характера в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
62.	апрель	Прыжковые упражнения и перемещения в стойке. Броски с левой и правой стороны клюшки.	2	Практическая работа	Наблюдение
63.	апрель	Длинная обводка стоек по большой дуге.	2	Практическая работа	Наблюдение

64.	апрель	Техника выполнения короткой обводки	2	Практическая работа	Наблюдение
65.	апрель	Техника выполнения короткой обводки.	2	Практическая работа	Наблюдение
66.	май	Тактика игры атакующего. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
67.	май	Тактика игры атакующего. Учебная игра	2	Практическая работа	Наблюдение
68.	май	Техника выполнения силовой обводки.	2	Практическая работа	Наблюдение
69.	май	Судейство игры, методика судейства.	2	Практическая работа	Наблюдение
70.	май	Контроль подготовленности занимающихся.	2	Практическая работа	Наблюдение
71	май	Итоговая аттестация	2	Практическая работа	Выполнение нормативов
72	май	Подведение итогов	2	Беседа	Опрос
Всего по программе:			144		

Второй год обучения.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля
1.	сентябрь	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	2	Беседа	Опрос
2.	сентябрь	Спортивный травматизм и его предупреждение.	2	Беседа	Опрос
3.	сентябрь	Оборудование, инвентарь и уход за ним.	2	Беседа	Опрос
4.	сентябрь	Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	2	Беседа	Опрос
5.	сентябрь	Техническая подготовка флорболиста.	2	Беседа. Практическая	Опрос. Наблюдение

				работа	
6.	сентябрь	Понятие о спортивной технике.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
7.	сентябрь	Техника игры флорболиста.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
8.	сентябрь	Ведение мяча различными способами.	2	Практическая работа	Наблюдение
9.	октябрь	Прием и передача мяча на месте.	2	Практическая работа	Наблюдение
10.	октябрь	Жесты судей. Основные ошибки.	2	Практическая работа	Наблюдение
11.	октябрь	Правила трех метров и правила трехсекунд.	2	Практическая работа	Наблюдение
12.	октябрь	Замена игроков Свободный удар.	2	Практическая работа	Наблюдение
13.	октябрь	Техника выполнения удара, броска по мячу.	2	Практическая работа	Наблюдение
14.	октябрь	Удаление на две минута и на пять минут.	2	Практическая работа	Наблюдение
15.	октябрь	Учебная игра с заданием.	2	Практическая работа	Наблюдение
16.	октябрь	Характеристика основных технических приемов флорбола.	2	Практическая работа	Наблюдение
17.	ноябрь	Стойка флорболиста (высокая, средняя, низкая). Основные техники перемещений, стоек флорболиста в нападении и в защите.	2	Практическая работа	Наблюдение
18.	ноябрь	Подвижные игры, эстафеты с элементами флорбола.	2	Практическая работа	Наблюдение
19.	ноябрь	Имитация обводки игрока, стоя на месте(то же с броском по воротам).	2	Практическая работа	Наблюдение
20.	ноябрь	Прием и передача мяча в парах на месте.	2	Практическая работа	Наблюдение
21.	ноябрь	Остановки обеими ногами или любой ногой с поворотом влево или вправо. Передвижение спиной вперед.	2	Практическая работа	Наблюдение
22.	ноябрь	Прием и передача мяча в парах в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение

23.	ноябрь	Бег 10 минут. Передвижения игрока. Выпады с имитацией.	2	Практическая работа	Наблюдение
24.	ноябрь	Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
25.	декабрь	Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
26.	декабрь	Техника выполнения броска с места. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
27.	декабрь	Техника выполнения броска в движении. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
28.	декабрь	Техника движения ногами, руками в игре. Техника передачи мяча в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
29.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом.	2	Практическая работа	Наблюдение
30.	декабрь	Удары (по катящему мячу, по стоящему и с места). Ведение без отрыва клюшки от мяча (перед собой, сбоку), по прямой и по дуге.	2	Практическая работа	Наблюдение
31.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом, ногой и клюшкой.	2	Практическая работа	Наблюдение
32.	декабрь	Розыгрыш мяча на средней линии Остановка мяча лопастью клюшки.	2	Практическая работа	Наблюдение
33.	январь	Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	2	Практическая работа	Наблюдение
34.	январь	Удар подсечкой (лопасть клюшки образует тупой угол к поверхности пола; ниже центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
35.	январь	Техника остановки мяча с последующими способами ведения.	2	Практическая работа	Наблюдение
36.	январь	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	2	Практическая работа	Наблюдение
37.	январь	Удар нажимом (лопасть клюшки образует острый угол к поверхности пола; выше центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
38.	январь	Остановка мяча в сочетании с изменением направления его движения Обычная передача (по поверхности пола).	2	Практическая работа	Наблюдение
39.	январь	Вращательные движения лопасти клюшки с мячом и без мяча. Удар по	2	Практическая работа	Наблюдение

		неподвижному(подвижному) мячу (стоя на месте и передвигаясь по полю).			
40.	январь	Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	2	Практическая работа	Наблюдение
41.	февраль	Отработка кистевого броска по воротам с различных дистанций. Передачи в парах, тройках, четверках (построение в квадрат, в линию).	2	Практическая работа	Наблюдение
42.	февраль	Физическая подготовка спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.	2	Практическая работа	Наблюдение
43.	февраль	Повороты и торможения в сочетании с обыгрыванием соперника. Обманное движение посредством резкой остановки.	2	Практическая работа	Наблюдение
44.	февраль	Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	2	Практическая работа	Наблюдение
45.	февраль	Судейство игры, методика судейства.	2	Беседа	Опрос
46.	февраль	Обыгрыш с использованием отскока мяча от борта. Использование свободного пространства между вратарем и защитником.	2	Практическая работа	Наблюдение
47.	февраль	Обыгрыш соперника на противоходе (находясь спиной к защитнику). Ведение с попеременными ударами по мячу ступнёй ноги и лопастью клюшки (по прямой линии или зигзагами).	2	Практическая работа	Наблюдение
48.	февраль	Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место, игра в «стенку». Игра в атаке 2х0, 3х0, 2х1, 3х1.	2	Практическая работа	Наблюдение
49.	март	Обучение передачи мяча в «квадратах» с различным сочетанием игроков: 3х2, 4х3, 3х1, 3х3, 5х4.	2	Практическая работа	Наблюдение
50.	март	Перехват продольный и диагональной передачи. Выбор места для отбора мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение
51.	март	Взаимодействие в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника.	2	Практическая работа	Наблюдение
52.	март	Виды стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение
53.	март	Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение

54.	март	Правильный выбор позиции и страховка партнера. Взаимодействие защитников и вратаря.	2	Практическая работа	Наблюдение
55.	март	Обманные движения с пробросом мяча мимо соперника Выполнение обманных движений в различных игровых ситуациях.	2	Практическая работа	Наблюдение
56.	март	Обманное движение посредством резкой остановки Ведение одной стороной лопасти, удерживая клюшку одной рукой, по большой дуге (круговое вращение).	2	Практическая работа	Наблюдение
57.	апрель	Ведение с подбрасыванием или ударами мяча в воздухе (по прямой линии или зигзагами, на месте, с поворотами) Передача "подкидкой" (концом лопасти клюшки посредством движения кистей; мяч не выше 30-40 мм над полом).	2	Практическая работа	Наблюдение
58.	апрель	Передача "оставлением" (когда за нападающим, владеющим мячом, движется его партнер).	2	Практическая работа	Наблюдение
59.	апрель	Передача "оставлением" (когда за нападающим, владеющим мячом, движется его партнер) Передача мяча назад.	2	Практическая работа	Наблюдение
60.	апрель	Передвижение по залу, в игре по направлениям. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
61.	апрель	Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического характера в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
62.	апрель	Прыжковые упражнения и перемещения в стойке. Броски с левой и правой стороны клюшки.	2	Практическая работа	Наблюдение
63.	апрель	Длинная обводка стоек по большой дуге.	2	Практическая работа	Наблюдение
64.	апрель	Техника выполнения короткой обводки.	2	Практическая работа	Наблюдение
65.	апрель	Удар нажимом (лопасть клюшки образует острый угол к поверхности пола; выше центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
66.	май	Отработка кистевого броска по воротам с различным углом атаки. Броски с разных сторон. Бросок, находясь спиной к воротам.	2	Практическая работа	Наблюдение

67.	май	Вращательные движения лопасти клюшки с мячом и без мяча Передачи мяча назад, вперед, в сторону Розыгрыш мяча на средней линии Передачи в парах, тройках, четверках (построение в квадрат, в линию).	2	Практическая работа	Наблюдение
68.	май	Игра на полной площадке (5x5 + вратари); для школьных залов - (3x3, 4x4+ вратари).	2	Практическая работа	Наблюдение
69.	май	Ведение мяча ударами лопастью клюшки попеременно той или другой стороной (по прямой линии или зигзагами) Ведение мяча подталкиванием лопастью клюшки одной стороной (по прямой линии или зигзагами) с пробрасыванием мяча вперед.	2	Практическая работа	Наблюдение
70.	май	Игра в неполных составах (5x4, 4x4, 5x3, 4x3, 3x3 + вратари).	2	Практическая работа	Наблюдение
71.	май	Тактика игры вратаря. Ведение, финты, передачи и отбор.	2	Практическая работа	Наблюдение
72.	май	Итоговая аттестация.	2	Практическая работа	Выполнение нормативов
Всего по программе:			144		

Третий год обучения.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля
1.	сентябрь	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	2	Беседа	Опрос
2.	сентябрь	Спортивный травматизм и его предупреждение.	2	Беседа	Опрос
3.	сентябрь	Правила игры и методика судейства.	2	Беседа	Опрос
4.	сентябрь	Жесты судей. Основные ошибки.	2	Беседа	Опрос
5.	сентябрь	Правила трех метров и правила трех секунд.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение

6.	сентябрь	Замена игроков Свободный удар.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
7.	сентябрь	Удаление на две минута и на пять минут.	2	Беседа. Практическая работа	Опрос. Наблюдение
8.	сентябрь	Ведение мяча различными способами.	2	Практическая работа	Наблюдение
9.	октябрь	Прием и передача мяча на месте.	2	Практическая работа	Наблюдение
10.	октябрь	Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	2	Практическая работа	Наблюдение
11.	октябрь	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение
12.	октябрь	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение
13.	октябрь	Техника выполнения удара, броска по мячу.	2	Практическая работа	Наблюдение
14.	октябрь	Правила хвата и использование его в игре.	2	Практическая работа	Наблюдение
15.	октябрь	Имитация выполнения удара. Имитация перемещений.	2	Практическая работа	Наблюдение
16.	октябрь	Остановки обеими ногами или любой ногой с поворотом влево или вправо. Передвижение спиной вперед.	2	Практическая работа	Наблюдение
17.	ноябрь	Передвижение после мгновенной остановки от движения вперед к движению назад, а также влево и вправо ("челночный бег") Повороты влево вправо на месте в движении, а так же на 180°.	2	Практическая работа	Наблюдение
18.	ноябрь	Подыгрывание себе мяча туловищем или ногой в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
19.	ноябрь	Отработка быстрого старта на короткую дистанцию (от 10 до 40 м) Передачи мяча назад, вперед, в сторону.	2	Практическая работа	Наблюдение
20.	ноябрь	Удары (по катящему мячу, по стоящему и с места). Ведение без отрыва клюшки от мяча (перед собой, сбоку), по прямой и по дуге.	2	Практическая работа	Наблюдение
21.	ноябрь	Розыгрыш мяча на средней линии Остановка	2	Практическая работа	Наблюдение

		мяча лопастью клюшки.		работа	
22.	ноябрь	Игра на ограниченном пространстве площадки с различной продолжительностью времени (3х3, 4х4 +вратари.)	2	Практическая работа	Наблюдение
23.	ноябрь	Удар подсечкой (лопасть клюшки образует тупой угол к поверхности пола; ниже центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
24.	ноябрь	Удар нажимом (лопасть клюшки образует острый угол к поверхности пола; выше центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
25.	декабрь	Остановка мяча в сочетании с изменением направления его движения. Обычная передача (по поверхности пола).	2	Практическая работа	Наблюдение
26.	декабрь	Умение ориентироваться на игровой площадке. Выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров, соперников.	2	Практическая работа	Наблюдение
27.	декабрь	Вращательные движения лопасти клюшки с мячом и без мяча Удар по неподвижному/подвижному мячу (стоя на месте и передвигаясь по полю).	2	Практическая работа	Наблюдение
28.	декабрь	Отработка кистевого броска по воротам с различных дистанций. Передачи в парах, тройках, четверках.	2	Практическая работа	Наблюдение
29.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом.	2	Практическая работа	Наблюдение
30.	декабрь	Теория: теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	2	Практическая работа	Наблюдение
31.	декабрь	Техника приема и остановки мяча корпусом, ногой и клюшкой.	2	Практическая работа	Наблюдение
32.	декабрь	Тактические элементы игровых схем в обороне. Общие сведения о стандартных положениях.	2	Практическая работа	Наблюдение
33.	январь	Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	2	Практическая работа	Наблюдение
34.	январь	Теория: Понятия атаки, контратаки, обороны. Варианты игры в меньшинстве. Челночный без 3х9 м. Прыжки.	2	Практическая работа	Наблюдение
35.	январь	Техника остановки мяча с последующими	2	Практическая	Наблюдение

		способами ведения.		работа	
36.	январь	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	2	Практическая работа	Наблюдение
37.	январь	Обыгрыш с использованием отскока мяча от борта Использование свободного пространства между вратарем и защитником. Прыжки вперед с места, бег на выносливость.	2	Практическая работа	Наблюдение
38.	январь	Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место, игра в «стенку». Игра в атаке 2х0, 3х0, 2х1, 3х1..	2	Практическая работа	Наблюдение
39.	январь	Теория: Варианты игры в большинстве.	2	Практическая работа	Наблюдение
40.	январь	Обучение передачи мяча в «квадратах» с различным сочетанием игроков: 3х2, 4х3, 3х1, 3х3, 5х4.	2	Практическая работа	Наблюдение
41.	февраль	Перехват продольный и диагональной передачи. Выбор места для отбора мяча.	2	Практическая работа	Наблюдение
42.	февраль	Взаимодействие в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника.	2	Практическая работа	Наблюдение
43.	февраль	Правильный выбор позиции и страховка партнера. Взаимодействие защитников и вратаря.	2	Практическая работа	Наблюдение
44.	февраль	Обманные движения с пробросом мяча мимо соперника Выполнение обманных движений в различных игровых ситуациях.	2	Практическая работа	Наблюдение
45.	февраль	Судейство игры, методика судейства.	2	Беседа	Опрос
46.	февраль	Методика перехода от медленной игры к быстрой.	2	Практическая работа	Наблюдение
47.	февраль	Игровые упражнения 5х4 и 4х3.	2	Практическая работа	Наблюдение
48.	февраль	Игра на полной площадке (5х5 + вратари); для школьных залов - (3х3, 4х4+ вратари).	2	Практическая работа	Наблюдение
49.	март	Ведение с подбрасыванием или ударами мяча в воздухе (по прямой линии или зигзагами, на месте, с поворотами) Передача "подкидкой" (концом лопасти клюшки посредством движения кистей; мяч не выше 30-40 мм над полом).	2	Практическая работа	Наблюдение

50.	март	Выполнение тактической комбинации 2х1, 1х1.	2	Практическая работа	Наблюдение
51.	март	Выполнение тактической комбинации 2х1, 3х2 со сменой места.	2	Практическая работа	Наблюдение
52.	март	Виды стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение
53.	март	Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	2	Практическая работа	Наблюдение
54.	март	Передача "оставлением" (когда за нападающим, владеющим мячом, движется его партнер) Передача мяча назад.	2	Практическая работа	Наблюдение
55.	март	Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
56.	март	Удар нажимом (лопасть клюшки образует острый угол к поверхности пола; выше центра мяча) в виде передачи или удара по воротам, мишени.	2	Практическая работа	Наблюдение
57.	апрель	Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место, игра в «стенку». Игра в атаке 2х0, 3х0, 2х1, 3х1.	2	Практическая работа	Наблюдение
58.	апрель	Отработка кистевого броска по воротам с различным углом атаки. Броски с разных сторон. Бросок, находясь спиной к воротам.	2	Практическая работа	Наблюдение
59.	апрель	Отработка кистевого броска по воротам с различным углом атаки. Броски с разных сторон. Бросок, находясь спиной к воротам.	2	Практическая работа	Наблюдение
60.	апрель	Вращательные движения лопасти клюшки с мячом и без мяча Передачи мяча назад, вперед, в сторону Розыгрыш мяча на средней линии Передачи в парах, тройках, четверках (построение в квадрат, в линию).	2	Практическая работа	Наблюдение
61.	апрель	Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического характера в движении.	2	Практическая работа	Наблюдение
62.	апрель	Игра на полной площадке (5х5 + вратари); для школьных залов - (3х3, 4х4+ вратари).	2	Практическая работа	Наблюдение
63.	апрель	Длинная обводка стоек по большой дуге.	2	Практическая работа	Наблюдение
64.	апрель	Техника выполнения короткой обводки.	2	Практическая работа	Наблюдение

65.	апрель	Тактика игры атакующего. Учебная игра.	2	Практическая работа	Наблюдение
66.	май	Техника выполнения силовой обводки.	2	Практическая работа	Наблюдение
67.	май	Судейство игры, методика судейства.	2	Практическая работа	Наблюдение
68.	май	Ведение мяча ударами лопастью клюшки попеременно той или другой стороной (по прямой линии или зигзагами) Ведение мяча подталкиванием лопастью клюшки одной стороной (по прямой линии или зигзагами) с пробрасыванием мяча вперед.	2	Практическая работа	Наблюдение
69.	май	Игра в неполных составах (5х4, 4х4, 5х3, 4х3, 3х3 + вратари).	2	Практическая работа	Наблюдение
70.	май	Тактика игры вратаря. Ведение, финты, передачи и отбор.	2	Практическая работа	Наблюдение
71.	май	Игра на полной площадке (5х5 + вратари); для школьных залов - (3х3, 4х4 + вратари)	2	Практическая работа	Наблюдение
72.	май	Итоговая аттестация.	2	Практическая работа	Наблюдение
		Всего	144		

2.2. Условия реализации программы (материально-техническое обеспечение)

Спортивный зал с разметкой для игры во флорбол.

Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования, спортивный инвентарь.

Ворота для игры во флорбол, флорбольные клюшки, флорбольные мячи.

2.3. Формы аттестации

Способы и формы определения результативности освоения программы

Основными методами отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержания программы являются: текущий контроль успеваемости, и итоговая аттестации учащихся.

Текущий контроль учащихся проводится с целью установления фактического уровня теоретических знаний и практических умений и навыков по разделам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Текущий контроль успеваемости учащихся осуществляется педагогом по каждой изученной теме.

Текущий контроль может проводиться в следующих формах: тестирование,

контрольные упражнения.

Итоговая аттестация учащихся проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Флорбол».

Итоговая аттестация учащихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков.

Итоговая аттестация учащихся может проводиться в следующей форме: контрольные упражнения.

2.4. Оценочные материалы

Оценке подлежат предметные знания, умения и навыки (теоретическая и практическая подготовка), личностное развитие учащегося в процессе освоения им программы.

Используется трехуровневая оценка результатов обучения по 3-х - бальной шкале (минимальный уровень: 1 балл, средний уровень: 2 балла, максимальный уровень: 3 балла).

Предметные результаты

Содержание предметных показателей составляют ожидаемые результаты по итогам учебного года. Совокупность измеряемых показателей разделена на две группы.

Первая группа показателей – *теоретическая* подготовка учащегося включает:

- теоретические знания учащегося по учебному плану;
- владение специальной терминологией (набором основных понятий, отражающих специфику изучаемого предмета) по тематике учебного плана программы.

Оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества		
		Минимальный уровень (1 балла)	Средний уровень (2 балла)	Максимальный уровень (3 балла)
1. Теоретические знания по основным разделам учебного плана	<i>Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям</i>	<i>Учащийся овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой.</i>	<i>Объем усвоенных знаний составляет более 1/2.</i>	<i>Освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.</i>

2. Владение специальной терминологией	<i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i>	<i>Учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.</i>	<i>Учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой.</i>	<i>Учащийся употребляет специальные термины осознанно и в полном соответствии с их содержанием.</i>
---------------------------------------	--	---	--	---

Вторая группа показателей – *практическая* подготовка учащегося включает:

- практические умения и навыки, предусмотренные учебным планом программы;
- владение специальным оборудованием и оснащением, необходимым для освоения учебного плана;
- творческие навыки учащегося (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте).

Оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества		
		Минимальный уровень (1 балла)	Средний уровень (2 балла)	Максимальный уровень (3 балла)
1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	<i>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</i>	<i>Учащийся овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков.</i>	<i>Объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2.</i>	<i>Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренным и программой за конкретный период.</i>
2. Владение специальным оборудованием и оснащением	<i>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</i>	<i>Ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием.</i>	<i>Работает с оборудованием с помощью педагога.</i>	<i>Работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей</i>
3. Творческие навыки	<i>Креативность в выполнении практических заданий</i>	<i>Начальный (элементарный) уровень развития креативности – ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога</i>	<i>Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца</i>	<i>Выполняет практические задания с элементами творчества</i>

2.5. Методические материалы

Методика проведения тренировочного занятия

Освоение и тренировка осуществляется в процессе тренировочных занятий, которые в отдельных случаях можно подразделить на учебные и тренировочные занятия. На каждое занятие отводится определенное количество времени для решения определенных частных задач, но поскольку все занятия связаны между

собой единой целью и назначением, их использование обеспечивает достижение общих целей освоения и тренировки.

Каждое занятие строится и проводится так, чтобы одновременно решать все задачи тренировочного и воспитательного процесса. Поэтому в каждом из них ставят конкретные задачи и подбирают соответствующий комплекс упражнений.

Само занятие строится по определенному плану, позволяющему распределить материал в нужной последовательности и использовать необходимые методы проведения.

Правильная постановка задач занятия:

1.Образовательная (ознакомить, изучать, осваивать, закреплять, совершенствовать)

2.Развивающая (развивать, способствовать развитию).

3.Воспитательная (воспитывать дисциплинированность, организованность, волевые качества, товарищескую взаимопомощь, умение контролировать правильность выполнения упражнений товарищами, трудолюбие, честность и т.д.).

При планировании комплексных занятий нельзя включать большое количество нового материала.

Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований

При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха. К тренировочным занятиям и соревнованиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Занимающиеся должны заниматься в установленной спортивной форме и обуви. У педагога должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

Во время занятия и игр занимающиеся должны соблюдать дисциплину. Занимающиеся должны внимательно слушать и выполнять команды (сигналы) педагога, строго выполнять правила игры в т.ч., подвижной игры, спортивной игры, не применять грубых и опасных приемов, вести корректную игру.

По окончании занятий (игр) занимающиеся должны снять спортивную одежду и обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом. Педагог и занимающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Теоретическая подготовка

Планировать теоретическую подготовку нужно так, чтобы занятия по теории были органически связаны с практическими, т.е. изучение теоретического материала целесообразно совмещать с закреплением его на практике. Проводится теоретическая подготовка главным образом в формах теоретических занятий (лекции, беседы, доклады, сообщения), самостоятельного изучения литературы,

подготовки индивидуальных заданий, зачетов и т.п., характерных для умственного образования и самообразования занимающихся.

Длительность теоретического занятия в форме бесед планируется продолжительностью 20-30 мин, в остальных формах (лекция, доклад, сообщение семинар) длительность занятия – от 45 до 90 мин. На теоретических занятиях следует широко применять наглядные пособия (учебные кинофильмы, видеозаписи, фотографии, плакаты, схемы и т.д.). Весьма полезно, чтобы все занимающиеся группы читали специальные газеты и журналы по вопросам теории и методики физической культуры и спорта с последующим общим их обсуждением.

Список литературы

Нормативные документы

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 04.08.2023 N 479-ФЗ).

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы)).

5. Письмо Министерства образования и науки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

6. Письмо Министерства образования и науки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

7. Письмо Министерства Просвещения России от 01.08.2019 N ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для учащихся с ОВЗ».

8. Лицензия на осуществление образовательной деятельности.

9. Устав МАУ ДО ЦВР

10. Локальные акты учреждения.

Список литературы для педагога

1. Флорбол, методика занятий, тренировок, диагностика. Методическое пособие. / Олин В.Н., г. Ульяновск, 2010г. -52 с.

2. Программа для детско-юношеских спортивных школ по флорболу / В.А. Костяев.- М.2005г.- 88 с.

3. Флорбол. Правила игры. Баженов А.А., М., 2011г.- 71с..

4. Лях В.И., Мейксон Г.Б. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей. - М., 2003. - 64 с.

5. Аулик И.В. Как определить тренированность спортсмена. – М., ФиС, 1977
6. Баженов А.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе. Журнал физическая культура в школе, 1999, № 5 и № 6.
7. Баженов А.А. Флорбол. Тактика игры. Журнал физическая культура в школе, 2000, № 1 и № 2.
7. Вавилов Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателей детского сада. – М., Просвещение, 1981.
8. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. – М.; Медицина, 1991.
9. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. М., Просвещение, 1976.
10. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. – М., 1988.
11. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Б.А. Ашмарина/ М., Просвещение, 1990.77
12. Флорбол. Правила соревнований (учебно-методическое пособие)./Под ред. В.А. Костяева. – Издательский центр СГМУ г. Архангельск, 2003.
13. Яковлев В. Игры для детей. – М., ФиС, 1975.
14. Костяев В.А. Методика начального обучения технике флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» – Архангельск: АГМА, 1998. – 83с.
15. Костяев В.А. История развития флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» – Архангельск: АГМА, 1998. – 20с.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Быков А.В. Классификация техники игры вратаря и исследование соревновательной деятельности голкиперов высокой квалификации во флорболе / А.В. Быков, А.А. Ленин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2008. № 10. С.14-16.
2. Быков А.В. Анализ игр чемпионатов мира по флорболу среди женских и мужских команд (1996-2009): история, статистика, результативность, рейтинг / А.В. Быков, Л.Н. Сутугина, Н.А. Трухин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 11 (69). С. 19-23.
3. Быков А.В. Характеристика матчей финальных турниров кубка европейских чемпионов по флорболу / А.В. Быков, Л.Н. Сутугина, Н.А. Трухин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 12 (70). С. 20-23.
4. Быков, А.В. Базовые элементы техники владения клюшкой и мячом во флорболе. Часть 1: ведение, передача, прием [Электронный ресурс]: Электронное учебное пособие / А.В. Быков, А.П. Скирденко; Сев (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск: САФУ имени М.В. Ломоносова, 2015.

7. Быков А.В. Базовые элементы техники владения клюшкой и мячом во флорболе. Часть 2: бросок, удар, обводка, перехват, отбор, спорный мяч [Электронный ресурс]: Электронное учебное пособие /А.В. Быков, А.П. Скирденко; Сев (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск: САФУ имени М.В. Ломоносова, 2016.

8. Быков А.В. Техника игры вратаря во флорболе [Электронный ресурс]: Электронное учебное пособие /А.В. Быков, А.П. Скирденко, А.А. Ленин; Сев 63 (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск: САФУ имени М.В. Ломоносова, 2019.

9. Быков А.В. Флорбол – командный игровой вид спорта. История развития / А.В. Быков // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2021. № 4. С. 90-97.

15. Никонов, Ю.В. Подготовка юных хоккеистов : учеб. пособие / Ю.В. Никонов. - Минск: Асар, 2008. - 320 с.

17. Олин В.Н. Презентация нового вида спорта: отличное настоящее и великое будущее флорбола / В.Н. Олин, А.В. Олин // Теория и практика физ. культуры. - 2004. - № 7. - С. 26, 39-42.

18. Олин В.Н. Флорбол. Техника, тактика, методика тренировки: учебное пособие/ В.Н. Олин – часть 1. – СПб: издательство СПГУСЭ, 2007. – 100 с.

19. Олин В.Н. Технологии спортивной тренировки во флорболе: монография / В.Н. Олин. Москва — Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 236 с.

Интернет- ресурсы

1. Иванов И. Флорбол – универсальная игра из хоккейного семейства // Наука и жизнь. - 1998. - № 3 // Сайт «Наука и жизнь» – URL: <http://www.nkj.ru/archive/articles/10433/>

2. Учительский портал <https://www.uchportal.ru/>

3. Международная федерация флорбола <https://floorball.sport/>

4. Национальная федерация флорбола России <https://нффр.рф>

5. Правила вида спорта "Флорбол" (утв. приказом Министерства спорта РФ от 22 февраля 2018г. № 170) <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71787278/> или https://нффр.рф/wpcontent/uploads/2020/09/Pravila_Florbol_2020.pdf

6. Программа для тренеров по флорболу для рисования техникотактических упражнений <http://www.floorballcoaches.com/exercisedrawer/>

