

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
Департамент образования
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №127»

Программа принята на
заседании
Педагогического совета
Протокол от 03.11.2023 №4

Утверждено приказом директора
МБОУ «Школа № 127»
от 10.11.2023 №299-ОД

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Флорбол»

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: с 7 - 12 лет

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень обученности: стартовый

Составитель: заместитель директора Усова С.А.
учитель физической культуры
Жеданин А.А.

Нижний Новгород,
2023 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативных правовых актов и методических материалов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». (Приказ от 9 ноября 2018 года N 196 утратил силу с 1 марта 2023)
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- 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".
- Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.
- Устав ОУ
- Положение «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам»

Новизна программы

Программы связана с тем, что этот вид спорта ещё мало известен, а поэтому интересен. Кроме того, он развивает такие двигательные качества, как координация, гибкость, скоростные и скоростно-силовые способности.

Актуальность программы

Целевая направленность физической культуры в общеобразовательной школе в

настоящее время заключается в подготовке физически здорового поколения, способного повышать уровень своего физического развития посредством новейших образовательных технологий. Игра в флорбол привлекательна своей разновозрастной доступностью. В то же время флорбол улучшает работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Укрепляет костную систему, развивает подвижность суставов, увеличивает силу и эластичность мышц. Постоянно меняющаяся игровая обстановка способствует улучшению периферического зрения, точности и ориентировки в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Проявляются положительные эмоции: Жизнерадостность, бодрость, желание победить. Благодаря своей эмоциональности игра в флорбол представляет собой средство не только физического развития, но и психологической разгрузки.

Программа, опираясь на особенности развития флорбола, как вида спорта, использует основные методические положения для реализации задач физического воспитания учащихся.

Актуальность программы заключается в её новизне. Она стимулирует готовность пробовать свои силы в новом виде спорта, реализовать свои желания участвовать в соревнованиях. Основой подготовки занимающихся флорболом является универсальность в овладении технико-тактическими приёмами игры.

Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы «Флорбол» заключается в развитии разнообразных умений и навыков, таких как моторика, умственные способности, понимание сути игры и социальные навыки.

В основу программы положены ведущие методологические принципы современной педагогики и психологии:

- **Системный подход**, сущность которого заключается в том, что относительно самостоятельные компоненты рассматриваются не изолированно, а в их взаимосвязи, в системе с другими. При таком подходе педагогическая система работы с детьми, рассматривается как совокупность следующих взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса, содержание образования, методы и формы педагогического процесса и предметно-развивающая среда.
- **Личностный подход**, утверждающий представления о социальной, деятельной и творческой сущности ребенка как личности. В рамках данного подхода предполагается опора в воспитании обучении на естественный процесс саморазвития задатков и творческого потенциала личности, создания для этого соответствующих условий.
- **Деятельностный подход**, основа, средства и решающее условие развития личности. Поэтому необходима специальная работа по выбору и организации детей. Это в свою очередь, предполагает обучение детей выбору цели и планированию деятельности, ее организации и регулированию, контролю, самоанализу и оценке результатов деятельности.
- **Полусубъектный подход** вытекает из того, что сущность человека

значительно богаче, разностороннее сложнее, чем его деятельность. Личность рассматривается как система характерных для нее отношений, как носитель взаимоотношений и взаимодействия социальной группы, что требует особого внимания к личностной стороне педагогического воздействия с детьми.

Направленность программы

Физкультурно-спортивную направленность.

Уровень программы

Стартовый.

Адресат программы.

Программа рассчитана на детей разных возрастов от 7 -12 лет.

Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса. Суставы детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Позвоночный столб сохраняет большую подвижность до 8-9 лет. Мышцы детей младшего школьного возраста имеют тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие. Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для развития физических способностей (скоростные и координационные способности, способность длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности). Для младшего школьного возраста ведущими являются задачи совершенствования естественных двигательных действий (ходьба, бег, прыжки, метания, лазание и т.п.). Чем меньше возраст, тем больше внимания уделяется укреплению мышц стоп и формированию правильной осанки. С детьми младшего возраста обязательно необходимо проводить подвижные игры. При обучении учащихся основным видам движений следует большое внимание обращать на правильность и точность выполнения упражнений, а также сочетать процесс обучения с воспитанием двигательных качеств. Способность к запоминанию движений у детей быстро растет от 7 до 12 лет.

Средний школьный возраст или подростковый возраст охватывает детей в возрасте от 12 до 15 лет, т.е. учащихся 5 – 8 класса. Это возраст перехода от детства к юности, который характеризуется общим подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой всего организма. Отмечается в период подросткового возраста быстрый темп развития мышечной системы. За счет увеличения толщины мышечных волокон происходит резкое увеличение общей массы мышц. Средний школьный возраст – это период продолжающегося двигательного совершенствования. У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности. Например, в метании на меткость или на дальность. Силовые и скоростно- силовые способности и выносливость увеличиваются умеренно, а гибкость не изменяется, нарастает

очень медленно. В подростковом возрасте увеличиваются индивидуальные различия детей, что необходимо учитывать в обучении движениям и при развитии двигательных способностей. В этой связи для группы школьников и отдельных учащихся следует дифференцировать задачи, содержание, темп овладения программным материалом, оценку их достижений. Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих или низкие или высокие результаты. При выборе средств и методов, используемых на занятиях; необходимо в большей мере, чем в младшем школьном возрасте, учитывать половые особенности учащихся. Соотношение практических методов (игрового, строго регламентированного упражнения) примерно равное. Независимо от формы занятий существенным элементом физической подготовки

подростков являются соревновательные нагрузки, участие в различных состязаниях. Следует максимально использовать потребность детей среднего возраста в состязаниях, предоставлять им широкие возможности помериться силами со спортивными соперниками. Виды соревнований желательно разнообразить с тем, чтобы предоставить ребенку как можно больше шансов на успех.

Цель программы: укрепление здоровья, формирование основ двигательной культуры, удовлетворение биологической потребности в движениях в процессе приобщения, учащихся к элементам флорбола.

Задачи:

Развивающие:

- Обеспечение всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости.
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях.

Обучающие:

- Освоение технических приемов и элементов флорбола: различные виды передвижения по площадке, разнообразные броски по воротам, различные виды передач, а также ведение мяча.
- Освоение тактических взаимодействий игроков как в защите, так и в нападении.
- формировать первоначальные представления о флорболе (познакомить с правилами игры, инвентарем, действиями игроков);
- формировать у детей двигательные умения и навыки (общие и специальные, т. е. присущие данному виду спорта);
- развивать физические качества (быстрота, ловкость, сила, выносливость).

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям спортом;

- в процессе игры воспитывать следующие качества: ответственность, чуткость, внимательное отношение к товарищу, справедливость, дисциплинированность;
- учить следовать правилам;
- стараться избегать споров и конфликтов, в случае необходимости решать их конструктивным способом.

Принципы построения программы.

Обучение строится на следующих педагогических принципах:

- личностно-ориентированного подхода;
- природосообразности (учитывается возраст воспитанников);
- сотрудничества;
- систематичности, последовательности, наглядности обучения;
- от простого к сложному.

Условия набора обучающихся.

Для проведения занятий создается учебная группа. Количество обучающихся в них согласно Устава и санитарным нормам, оптимально -15 человек, максимально -20 человек. Занятия рассчитаны на детей, не имеющих специальных знаний и навыков практической работы.

Наполняемость группы.

15–20 человек.

Форма и режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по одному часу. Продолжительность занятий (академический час) – 45 минут.

Форма обучения – очная (аудиторная). Основная форма организации занятий - групповая в кабинете с использованием индивидуального, личностно-ориентированного подхода, предполагающего сотрудничество педагога и обучающегося.

Теоретические — занятия в виде лекций, бесед и т. п., на которых излагается материал по Правилам и Регламентам флорбола, изучаются элементы движений спортсмена, технические приемы работы клюшкой и мячом, тактические схемы и установки выполнения игровых ситуаций. К данному виду занятий относятся детальные разборы и анализ игровых ситуаций прошедших соревнований, а также анализ видеозаписей игр.

В зависимости от возрастной категории обучаемых и года обучения методика теоретических занятий предусматривает вспомогательный учебный материал: макет игрового поля, графические схемы тренировок, видеозаписи. Теоретические занятия проводятся как в составе группы, так и индивидуально, при обоснованной

необходимости. На данных занятиях, как правило, производится контрольный опрос, позволяющий выявить степень усвоения материала.

Объем материала, выделенный в теоретический этап обучения необходим и достаточен для двухлетней подготовки игроков, обеспечивает знания на начальном периоде обучения и отвечает требованиям подготовки Российского флорбола.

Практические — занятия, в ходе которых выполняются конкретные задания по отработке умений и навыков в выполнении технических и тактических приемов игры, как индивидуально, так и в составе команды. Все практические занятия безусловно построены на предварительной теоретической подготовке, детальном разборе и поэтапных отработках. Практические занятия самые длительные и трудоемкие и охватывают: индивидуальную техническую подготовку, техническую и тактическую командные подготовки. Почти все практические занятия составляют игровую практику обучаемых. Объем практических занятий почти всегда имеет дефицит времени в программе, который в некоторой степени может быть уменьшен за счет комбинированных занятий.

Комбинированные занятия — занятия, совмещающие теоретическую и игровую подготовку, на которых одновременно происходит детальный разбор и отработка технических и тактических приемов игры с разбивкой группы на части по 2–3 обучаемых. На данных занятиях происходит неоднократный теоретический и практический разбор и показ каждому обучаемому отрабатываемых элементов и приемов с локальной игровой практикой. Как правило, эти занятия охватывают темы по изучению стандартных игровых ситуаций, наиболее четко и однозначно прописанных в Правилах.

Практические занятия составляют основу обучения и поэтому в их состав также входит игровая практика в виде соревнований, турниров и пр. видов открытых игр, как предусмотренные настоящей программой, так и дополнительная, организованная федерацией флорбола.

Контрольные — занятия, проходящие в формах контрольного опроса, нормативно-тестовой оценки, зачетов и диагностики.

Очень важный этап обучения, в проведении которого участвуют не только педагог и обучаемый, но и третьи лица (медицина, судейство и т. п.).

Необходимость этих занятий — установить уровень и качество усвоения материала, определить и зафиксировать динамику развития и подготовки, соответствие возрастным нормативам, провести анализ и прогнозирование результатов дальнейшей подготовки, выйти на уровень начального флорбола и спортивной профорientации (до присвоения первичных разрядов). Данный вид занятий проходит, как постоянно, так и поэтапно в течение обучения.

Принципы, положенные в основу программы: принцип добровольности, принцип сотрудничества и сотворчества, принцип доступности, принцип психологической комфортности, принцип наглядности, принцип систематичности и последовательности, принцип развивающего и воспитывающего характера

Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения (72 часа в год).

Планируемые результаты и способы их проверки

Результаты освоения программного материала по программе «Флорбол» оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Ожидаемые результаты освоения настоящей программы рассматриваются и оцениваются по следующим критериям.

Предметные результаты:

Характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы «Флорбол». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных организацией и проведением самостоятельных занятий по флорболу.

- научиться правилам игры в флорбол;
- научиться тактическим приемам в флорболе;
- научиться содержанию физических упражнений игры флорбол;
- научиться технике выполнения двигательных действий игры флорбол;
- научиться проводить разминку, организовать проведение игры во флорбол, подвижных игр;
- научиться соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях.

Личностные результаты:

Отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы «Флорбол». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия флорболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

- доброжелательное отношение к сверстникам;
- бесконфликтное поведение;
- оцениваются с помощью педагогического наблюдения;
- воспитать интерес и стремление к здоровому образу жизни;
- повысить общую и специальную работоспособность обучающихся;
- развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.

Метапредметные результаты:

Характеризуют уровень сформированных качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программы «Флорбол», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса

умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

- пониманию истории развития вида спорта «Флорбол» в стране и в мире;
- способам организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием средств флорбола, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- организовать самостоятельные занятия с использованием средств флорбола.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Дополнительная общеразвивающая программа	Год обучения	Количество о часов	Форма промежуточной аттестации
«Флорбол»	1 год	72	игры, ОФП, эстафеты, соревнования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Темы	Количество часов			Форма промежуточ ной аттестации
		всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	4	3	1	беседа
2	Общефизическая подготовка (ОФП)	12	1	11	
3	Специально физическая подготовка (СФП)	17		17	
4	Основы техники игры	20	1	19	
5	Основы тактики игры	19	1	18	
	Итого	72	6	66	

Содержание программы

Программа построена на принципах доступности, системности и преемственности. Программой предусматривается взаимосвязь при изучении понятий всего курса.

Программа курса «Флорбол» включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются история возникновения и развития флорбола, правила игры, жесты судей, вопросы техники и тактики игры во флорбол. В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися акцентируется внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов.

Тема	Содержание темы
Теоретическая подготовка	ТЕОРИЯ (3 часа): Обеспечение техники безопасности в флорболе. Основные причины, вызывающие травмы в флорболе. Требования, предъявляемые к инвентарю и одежде. Поведение игроков во время тренировок и соревнований. Флорбол в России и за рубежом. Происхождение и первоначальное развитие флорбола. Появление и развитие современного флорбола в России и за рубежом. Правила игры. Организация и проведение соревнований. Изучение правил игры. Основные права и обязанности игроков. Значение спортивных соревнований. Изучение и анализ техники основных приемов игры. Понятие о спортивной технике. Характеристика основных технических приемов флорбола. Изучение и анализ тактики игры. Места занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь спортсменов в флорболе. Поледля проведения тренировочных занятий и соревнований. Подсобное оборудование и его назначение. Уход за спортивным инвентарем и оборудованием. Требования к спортивной одежде, оборудованию. ПРАКТИКА (1 час) Общие понятия о технике и тактике игры. Тактика игры в нападении и в обороне, при переходе от нападения к обороне и наоборот.
Общественно-физическая подготовка (ОФП)	ТЕОРИЯ (1 часа): Что такое строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, акробатические упражнения, легкоатлетические упражнения, подвижные игры, эстафеты. ПРАКТИКА (11 часов): Строевые упражнения. Команды для управления группой. Построение, расчет. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция Повороты на месте и в движении. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса, упражнения для мышц шеи, упражнения для мышц туловища, упражнения для мышц ног. Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами, упражнения в парах с передачами, бросками и ловлей мяча, упражнения со скакалкой, упражнения с малыми мячами: броски; ловля мячей после подбрасывания вверх, удара

	об пол, удара в стену: ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении. Акробатические упражнения. Группировка в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад), из исходного положения сидя, из упора присев и из основной стойки. Перекаты в сторону из положения лежа и упора стоя на коленях. Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Легкоатлетические упражнения. Бег: бег с ускорением до 30-40 м.; повторный бег 2- 3 раза по 20 – 30 м.; бег 30 – 60 м. с низкого старта; эстафетный бег с этапами до 60 м.; бег до 60 м. с препятствиями; бег в чередовании с ходьбой до 400 м.; кросс 1000-2000м.
	Подвижные игры. Игры с мячом, с беговыми упражнениями, с прыжками, с метанием, с сопротивлением, на внимание, на координацию: «Гонки мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Борьба за мяч». Эстафеты. Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, с расставлением и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.
Специально физическая подготовка (СФП)	ПРАКТИКА (17часов): Упражнения для развития быстроты. По зрительному сигналу ускорения с места с максимальной скоростью на 5 10, 15 м. Ускорения из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Бег по виражу, по спирали, кругу, восьмерке (лицом и спиной вперед). Упражнения с мячами (футбольными, баскетбольными, теннисными) у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе. Подвижные игры: «Вызов», «Скалки-перестрелки», «Бегуны», «Круговая охота», «Мяч капитану». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки с места и с разбега. Прыжки со скакалками. Метание набивных мячей весом до 1кг. от груди, из-за головы, сбоку,

	снизу, вперед, назад. Упражнения с набивными, футбольными, баскетбольными мячами: сгибание и разгибание рук, маховые и круговые движения, броски на дальность, ловля мячей. Подвижные игры: «Бой петухов», «Перетягивание через черту» и др. Спортивные игры: футбол. Упражнения для развития выносливости. Длительный равномерный бег (частота пульса 140-160 уд/мин). Переменный бег (частота пульса 130-170 уд/мин) Кроссы 1-2 км. Интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин. (работа 5-12 с., интервалы отдыха 15-30 сек.) Чередование бега с максимальной, умеренной и малой скоростью. Серийное, интервальное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного упражнения не больше 20-30 сек., интервалы отдыха 1,5-2,5 мин., число повторений в серии 3-5 раз, интервалы отдыха между сериями 10-12 мин., число серий 1-2).
	Упражнения для развития ловкости. Эстафеты с предметами и без предметов. Бег с прыжками через препятствия. Игра клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и в приседе. Выполнение изученных способов остановки и передачи мяча во время ходьбы, бега, прыжков, после ускорений. Передача мяча в движущуюся цель. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом», «Ловля парами», «Невод» и т.д. Упражнения для развития гибкости. Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Упражнения с клюшкой и партнером. Упражнения для увеличения подвижности суставов и растягивания мышц, несущих основную нагрузку в игре.
Основы техники игры	ТЕОРИЯ (1 часа): Техника передвижения. Стойка флорболиста (высокая, средняя, остановками). Бег. Бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед. Бег приставными и с крестными шагами. ПРАКТИКА (19 часов): Техника владения клюшкой и мячом. Техника нападения. Обучение хвату клюшки одной, двумя руками. Ведение мяча. Ведение без отрыва клюшки от мяча (перед собой, сбоку). Ведение мяча толчками концом крюка и серединой крюка (перед собой, сбоку). Ведение (широкое и

	короткое).
	Ведение мяча «восьмеркой». Бросок мяча. Выполнение броска с «удобной» и «неудобной» стороны, на месте и в движении. Остановка мяча ногой, бедром, грудью, клюшкой. Выполнение остановки мяча с уступающим и безуступающего движения. Остановки с «удобной» и «неудобной» стороны. Техника защиты. Отбор мяча ногой. Выполнение отбора при встречном движении и сбоку. Отбор мяча клюшкой, корпусом, «вытаскивание мяча» концом крюка клюшки. Техника игры вратаря. Обучение основной стойке. Принятие основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, передвижение толчком голенистопа – выполнение упражнения (например, передвижение влево – основная стойка, передвижение вправо – основная стойка). Ловля и отбивание мяча. Обучение передвижению в воротах в основной стойке. Обучение ловле мяча рукой, отбиванию его ногой, туловищем, головой.
Основы тактики игры	ТЕОРИЯ (1 час): Тактическая подготовка. ПРАКТИКА (18 часов): Тактика игры в нападении. 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 передачам мяча в квадратах с различным сочетанием игроков: 3х2, 4х3, 3х1, 3х3, 5х4. Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: выбор места для оборонительного действия, перехват продольной и диагональной передачи, отбор мяча.

	Групповые действия: умение подстраховать партнера. Тактика игры вратаря. Обучение и совершенствование правильного и своевременного выбора места в воротах при атаке. Обучение выбору способа отражения мяча при разных уровнях полета мяча. Обучение умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам.
--	--

Календарный учебный график

Год обучения	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				июль				август				Всего часов по программе																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.	31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	38.	39.	40.	41.	42.	43.	44.	45.	46.	47.	48.		49.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		</

Условные обозначения:

	Введение занятий по расписанию
	Каникулярный период
	Промежуточная аттестация

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Контроль обучающихся, проводится 3 раза в год: входной контроль (на первом занятии, для определения уровня подготовки), промежуточный (для выявления ошибок и успехов в работах обучающихся), итоговый (на итоговом занятии, для проверки уровня усвоения знаний).

Форма контроля: педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий педагога. Отслеживается уровень знаний теоретического материала (владение специальной терминологией), уровень практической подготовки (степень овладения приёмами техники и тактики флорбола), оценка личностных результатов, обучающихся (сформировавшаяся система отношений, обучающихся). Данные личностного развития детей фиксируется в диагностической карте (Табл. 1) по уровням усвоения программы (Табл.2).

Таблица 1. Диагностическая карта

№ п/п	ФИ ребёнка	Входной контроль			Текущий контроль			Итоговый контроль			Результат	Замечания, рекомендации
		Теор	Практ	Личн	Теор	Практ	Личн	Теор	Практ	Личн		
1.												
2.												

Таблица 2. Уровни освоения программы.

Уровни освоения программы		
Низкий уровень (1-2 балла)	Средний уровень (3-4 баллов)	Высокий уровень (5-6 баллов)
Теоретическая подготовка обучающегося, владение специальной терминологией		
Не знает правил техники безопасности на занятиях флорболом Овладение менее чем 20% объема знаний, предусмотренных программой Не знает специальных терминов, в речи их не употребляет	- Недостаточно знает правила техники безопасности на занятиях флорболом - Овладение 1/2 объема знаний, предусмотренных программой - Знает термины, при употреблении сочетает специальную терминологию с бытовой	- Знает и соблюдает правила техники безопасности на занятиях флорболом Освоение практически всего объема знаний, предусмотренных программой за конкретный период Специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием, самостоятельно овладевает терминологией, не предусмотренной программой
Практическая подготовка обучающегося, овладение приёмами техники и тактики флорбола		
Низкий уровень (1-2 балла)	Средний уровень (3-4 баллов)	Высокий уровень (5-6 баллов)
Не овладел умениями и навыками, предусмотренными программой	Овладел более половины предусмотренных программой умений и навыков, выполнение необходимых операций под присмотром педагога	Овладение всеми умениями и навыками, и программой предусмотренными на должном уровне, самостоятельная работа по овладению умениями и навыками, не предусмотренными программой
Оценка личностных результатов, сформировавшаяся система отношений обучающихся		

Низкий уровень (1-2 балла)	Средний уровень (3-4 баллов)	Высокий уровень (5-6 баллов)
Выполняет задания без желания, с помощью учителя; не проявляет интереса к флорболу.	Выполняет задания с помощью учителя, ждёт поддержки со стороны педагога, товарищей.	Проявляет интерес к флорболу; работает активно, самостоятельно; Помогает товарищам, мотивирует их на выполнение.

Подведение итогов реализации программы проводится по окончании обучения на отчётном мероприятии в форме соревнований или товарищеских игр.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

№	Разделы и темы	Форма занятий	Методы	Дидактический материал, ТСО	Форма подведения итогов
1	Теоретическая подготовка	Беседа	Словесные, наглядные, практические	Инструктаж по ТБ, план работы.	Беседа
2	Общепфизическая подготовка (ОФП)	Тренировка, игры,	Словесные, наглядные, практические	Учебная литература, наглядное пособие	Эстафеты, игры.
3	Специально физическая подготовка (СФП)	Тренировка, игры,	Словесные, наглядные, практические	Учебная литература, наглядное пособие	Эстафеты, игры.
4	Основы техники игры	Тренировка, игры,	Словесные, наглядные, практические	Учебная литература, спортивный инвентарь	Эстафеты, соревнования
5	Основы тактики игры	Тренировка, игры,	Словесные, наглядные, практические	Учебная литература, спортивный инвентарь	Эстафеты, соревнования

Условия реализации программы

Материально-технические условия для реализации программы:

- Спортивный зал
- Флорбольные борта
- Флорбольные ворота (3 пары - тренировочные, соревновательные, малые тренировочные)
- Флорбольные мячи – 20 штук
- Флорбольные клюшки – 20 штук
- Экипировка для вратаря
- Спортивный инвентарь: стойки, скамейки, разметочник, секундомер, утяжелители, набивные мячи, скоростные лестницы,
- Деревянные макеты игроков.
- Для занятий по теоретической подготовке используются: правила игры, фотографии, рисунки, видеозаписи игр и техники игры, компьютер, телевизор, видеопроектор.

