

**Комитет по образованию администрации
Всеволожского муниципального района
Ленинградской области**

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
«Муринский центр образования №4»

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
от «09» июля 2024 года
Протокол № 13

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
МОБУ «СОШ «Муринский ЦО №4»
От « 09 » июля 2024 года № 336-ОД
_____ К.Е. Белов

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Флорбол»**

Автор-составитель Устименко Юрий Андреевич

Педагог дополнительного образования

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: базовый

Возраст детей, осваивающих программу 7-9 лет

Срок реализации программы 1 год (72 часа)

г.Мурино

2024 – 2025 учебный год

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в
Муниципальном общеобразовательном бюджетном учреждении «СОШ «Муринский
центр образования №4.

Экспертное заключение (рецензия) № 1 от «05» июля 2024г. Эксперт Марова А.О.
методист

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа «Флорбол» физкультурно-спортивной направленности базового уровня разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции;
- Федерального закона от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды»;
- Указа Президента РФ от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» в действующей редакции;
- Постановления Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН

2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устава МОБУ СОШ «Муринский центр образования №4»;
- Положения о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в МОБУ СОШ «Муринский центр образования №4»;
- Другими нормативными правовыми актами Российской Федерации (в действующей редакции), регламентирующими деятельность организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Актуальность программы

Доступность в обучении для всех категорий населения вне зависимости от степени материальной обеспеченности ввиду.

- Международный и российский флорбол не имеет ограничений по полу и возрасту, что дает возможность участия в официальных 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, дорогостоящего обучения и более высоких требований к профессиональной подготовке.
- Строгие Правила Международного и Российского флорбола, исключают контакты игроков, приводящие к травмам, что создает благоприятные условия для широкого привлечения контингента обучаемых.
- 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 обучаемых.
- 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 обучаемого.

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

Отличительные особенности 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.

Флорбол – игра в хоккей в закрытом помещении (клюшками с мячом) между двумя командами. Цель обеих команд – забить (забросить) мяч в ворота соперников, препятствуя последним овладеть воротами своей команды. Мяч можно вести, передавать, отбивать, катить в любом направлении, соблюдая определённые правила.

Флорбол (от английского «на полу – мяч») или иннебенди (в переводе со шведского – «внутренний хоккей») – самый молодой из видов хоккея вообще.

Почему два названия игры?

Потому что родоначальником её по праву считаются шведы, которые и придумали (а, может быть, восстановили?) эту игру как вспомогательное, поначалу, средство для тренировок хоккеистов в условиях безледовой подготовки, в межсезонье. И назвали игру – иннебенди, начав играть ещё в конце 70-х годов.

Никто не предвидел, что хоккей в залах так быстро завоеует популярность и распространится по всему миру.

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*.

Эффективность игровой деятельности в значительной мере связывается с проявлением внимания, его объёма, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения. При этом под *объёмом внимания* понимается способность игрока одновременно держать в поле зрения несколько объектов: мяч, игроков противника и партнёров.

Концентрация внимания на наиболее важном объекте свидетельствует об *интенсивности внимания*, а умение противостоять различным отвлекающим действиям определяется *устойчивостью внимания*.

Способность контролировать сразу несколько объектов – движение мяча, игроков противника и партнёров – и быстро переключаться с одних на другие свидетельствуют о *распределении и переключении внимания*.

Умение ориентироваться в обстановке тесно связано с процессом *восприятия*. Оно определяется периферическим и глубинным зрением, а также включает специфические виды восприятия: «чувство ворот», «чувство мяча», «чувство времени и пространства».

Игра во многом зависит от степени проявления волевых качеств: смелости, инициативности, решительности, целеустремлённости.

Естественно, что ребёнок – дошкольник характеризуется неустойчивостью и незрелостью развития данных качеств. Развитие данных качеств в старшем дошкольном возрасте наиболее активно происходит во время игры, в том числе спортивной. Отсюда, основное правило – основной методики обучения флорболу детей – дошкольников является игровая форма проведения занятий, то есть в детский сад не в коем случае не переносится методика проведения тренировок.

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. Дошкольники приучаются оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение. В играх коллективного характера дети учатся самостоятельно решать конфликты, споры.

Адресат дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: программа рассчитана на детей 7-9 лет.
Срок реализации программы 1 год

Количество учащихся в объединении не менее 36 человек

Продолжительность учебных занятий: два раза в неделю по 1 академическому часу

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

создание и выполнение условий обучения для формирования и гармоничного развития личности, адаптированной к своевременным условиям спортивной жизни посредством обучения официальному игровому виду спорта - флорболу, с перспективой профориентации для дальнейшей подготовки игроков, укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы:

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 от начальных стадий до уровня профессиональной игры.
- 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 в стране и за рубежом, 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

- Определять, развивать и воспитывать физические задатки и спортивные обучаемых.
- Формировать и воспитывать общую и спортивную (игровую) дисциплину и культуру поведения по общепринятым и специальным нормам и требованиям.

- Формировать и воспитывать психологическое и эмоциональное состояние индивидуально и в составе группы (команды) на основе восприятия критики преподавателя и коллектива, требований общей и спортивной этики поведения. Воспитывать психологическую совместимость в группе (команде) по принципу:
- «каждый для команды — команда для каждого».
- Профилактика асоциального поведения на базе общепринятых норм и требований воспитания.

Развивающие

- Развитие и укрепление физического и духовного состояния обучаемого 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 обучаемого в группе (команде). Развитие творческого Подхода каждого обучаемого 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 обучаемого за нарушение Правил и Регламентов флорбола, а также общепринятых норм и требований к поведению.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	2	-	опрос
2	Спортивный травматизм и его предупреждение	2	2	-	опрос
3	Основы техники и тактики игры	18	6	12	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками.

4	Методика обучения	10	-	10	Наблюдение за выполнением заданных упражнений.
5	Оборудование инвентарь и уход за ним	2	-	2	опрос
6	Психологическая подготовка	4	-	4	опрос
7	Правила игры, соревнования, их организация и проведение	2	2	-	опрос
8	ОФП и СФП	18	2	16	тестирование
9	Контроль подготовленности занимающихся	4	-	4	наблюдение
10	Судейская практика	6	2	4	наблюдение
11	Контрольные упражнения и нормативы	4	2	2	Сдача контрольных нормативов
	ИТОГО	72	18	54	

Содержание программы

Тема 1. Введение.

История создания и развития флорбола за рубежом и в России.

Теория: Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований.

Флорбол или хоккей в зале — командный вид спорта из семейства хоккеев. Играется в закрытых помещениях на твёрдом ровном полу пластиковым мячом, удары по которому наносятся специальной клюшкой. Цель игры: забить мяч в ворота соперника. История флорбола за рубежом и в России.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Повышение способности организма к переносимости длительности и интенсивности нагрузок. Цели и задачи комплекса ГТО требования и нормы физкультурного комплекса.

Тема 2. Спортивный травматизм и его предупреждение.

Теория: Правила пользования спортивным инвентарем, оборудованием, одеждой и обувью. Расположение группы и отдельных учащихся во время занятий. Дисциплина. Травмы и их предупреждение.

Тема 3. Основы техники и тактики игры.

Теория: Правильный хват клюшки. Стойка спортсмена, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Техника перемещений и их виды. Основные тактические варианты игры.

Практические занятия. Тренировка ударов и бросков мяча. Техника ведения мяча различными способами. Техника передачи мяча различными способами. Сочетание приема и удара по мячу в движении. Имитация ударов. Имитация перемещений. Игра в численном меньшинстве и большинстве. Сдача контрольных норм.

Тема 4. Методика обучения.

Практические занятия. Методы тренировки ударов сложных подач, занятия с отягощением на руку, тренировка сочетаний ударов, применение имитаций в тренировке. Навыки контроля своей подготовки.

Тема 5. Оборудование инвентарь и уход за ним.

Практические занятия. Правила бережного ухода за инвентарем, профилактический ремонт спортивного инвентаря.

Тема 6. Психологическая подготовка.

Практические занятия. Воспитание волевых качеств, целенаправленности, настойчивости, трудолюбия. Самоконтроль своего поведения в соревнованиях.

Тема 7. Правила игры, соревнования, их организация и проведение.

Теория: Изучение основных правил игры, ведения счета, круговая система соревнований.

Тема 8. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: СФП – целенаправленное развитие организма для достижения спортивных результатов в настольном теннисе. Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног. *Практические занятия* Имитация ударов и бросков. Броски и удары в продолжении 10 минут. Имитация перемещений. Игра в численном меньшинстве и большинстве.

Тема 9. Контроль подготовленности занимающихся.

Контроль осуществляется в соответствии с нормами.

Тема 10. Судейская практика.

С первого соревнования сами занимающиеся должны участвовать в судействе (счет очков игры).

Контрольные упражнения и нормативы.

Проводятся согласно календарному плану мероприятий.

Планируемые результаты обучения

1. Личностные:

- Воспитание качеств, присущих настоящим спортсменам целеустремленности, настойчивости, мужественности;
- Формирование логического и технического мышления, умения решать тактические задачи в условиях соревнований.
- Развитие памяти, умения анализировать, конструировать и обобщать, правильно действовать в экстремальных нестандартных ситуациях.
- Выработка стремления к достижению высоких спортивных результатов и совершенствованию спортивного мастерства и техники и тактики во флорболе.

2. Метапредметные:

- Формирования стремления к самостоятельной проектной и творческой деятельности в области усовершенствования игровой деятельности;
- Формирования навыков поведения в различных соревновательных ситуациях;
- Умение подбирать и работать с источниками информации, самостоятельно искать необходимую информацию в СМИ, электронных журналах и интернет сети.

3. Предметные:

- **Здоровьесберегающие:** содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
- **Тренировочные:** обучение, воспитание, совершенствование техники и тактики во флорболе;

- **Прогностические:** умение прогнозировать тактику игровых действий соперника и принимать правильное решение в различных ситуациях.

В процессе обучения занимающиеся узнают:

- правила безопасности на занятиях;
- основы личной гигиены, средства физической подготовки необходимые для развития физических качеств и укрепления здоровья;
- технику выполнения ведения мяча, передач, ударов;
- основные правила соревнования по флорболу;
- сведения о самоконтроле, теоретические основы выполнения технических элементов флорбола, формы и методы физкультурно-спортивной (двигательной) деятельности.

В процессе обучения занимающиеся научатся:

- владеть техникой передвижений;
- владеть техникой начальных видов ударов, передач;
- применять полученные знания и навыки на практике, в том числе на учебных занятиях, социальных мероприятиях и в организации своего собственного досуга.

Оценочные и методические материалы

По мере освоения программы проводится контроль в форме тестирования обучающихся по уровню физической и технической подготовленности. Тестирование обучающихся проводится в начале и конце учебного года (2 раза). Подведение итогов по общей, специальной физической и технической подготовке оформляется в табличном виде. Основной критерий - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатами в начале года.

Календарный учебный график

Дата начала и окончания реализации программы	С 1 сентября по 31 мая
Количество учебных часов	72

Сроки аттестации:	
Промежуточная	14-25 декабря
Итоговая	17-25 мая

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Раздел и тема занятия	Кол-во часов
1	Сентябрь 1 неделя		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. Настольный теннис в Олимпийских играх. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	1
2	Сентябрь 1 неделя		Спортивный травматизм и его предупреждение.	1
3	Сентябрь 2 неделя		Оборудование, инвентарь и уход за ним.	1
4	Сентябрь 2 неделя		Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1
5	Сентябрь 3 неделя		Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Цели и задачи комплекса ГТО требования и нормы физкультурного комплекса.	1
6	Сентябрь 3 неделя		Общефизическая подготовка. Построение в шеренгу и колонну. Основная стойка.	1
7	Сентябрь 4 неделя		Изучение правил хвата мяча. Ведение мяча.	1
8	Сентябрь 4 неделя		Ведение мяча различными способами.	1
9	Октябрь 1 неделя		Прием и передача мяча на месте.	1
10	Октябрь 1 неделя		Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	1
11	Октябрь 2 неделя		Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	1
12	Октябрь 2 неделя		Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	1
13	Октябрь 3 неделя		Техника выполнения удара, броска по мячу.	1

14	Октябрь 3 неделя		Правила хвата и использование его в игре.	1
15	Октябрь 4 неделя		Имитация выполнения удара. Имитация перемещений.	1
16	Октябрь 4 неделя		Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1
17	Октябрь 5 неделя		Имитация выполнения удара. Имитация перемещений.	1
18	Ноябрь 1 неделя		Правила хвата и использование его в игре.	1
19	Ноябрь 2 неделя		Передвижение по залу в игре по направлениям. Учебная игра.	1
20	Ноябрь 2 неделя		Прием и передача мяча в парах на месте.	1
21	Ноябрь 3 неделя		Передвижения игрока приставными шагами, выпады, бег.	1
22	Ноябрь 3 неделя		Прием и передача мяча в парах в движении.	1
23	Ноябрь 4 неделя		Бег 10 минут. Передвижения игрока. Выпады с имитацией.	1
24	Ноябрь 4 неделя		Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	1
25	Ноябрь 5 неделя		Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	1
26	Ноябрь 5 неделя		Техника выполнения броска с места. Учебная игра.	1
27	Декабрь 1 неделя		Техника выполнения броска в движении. Учебная игра.	1
28	Декабрь 1 неделя		Техника движения ногами, руками в игре. Техника передачи мяча в движении.	1
29	Декабрь 2 неделя		Техника приема и остановки мяча корпусом.	1
30	Декабрь 2 неделя		Теория: теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	1
31	Декабрь 3 неделя		Техника приема и остановки мяча корпусом, ногой и клюшкой.	1
32	Декабрь 3 неделя		Тактические элементы игровых схем в обороне. Общие сведения о стандартных положениях.	1
33	Декабрь 4 неделя		Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	1
34	Декабрь 4 неделя		Теория: Понятия атаки, контратаки, обороны. Варианты игры в меньшинстве. Челночный без 3х9 м. Прыжки.	1
35	Январь 2 неделя		Техника остановки мяча с последующими способами ведения.	1

36	Январь 2 неделя		Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1
37	Январь 3 неделя		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.	1
38	Январь 3 неделя		Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	1
39	Январь 4 неделя		Теория: Варианты игры в большинстве.	1
40	Январь 4 неделя		Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	1
41	Январь 5 неделя		Игра с утяжеленными повязками на руке и поясе.	1
42	Январь 5 неделя		Физическая подготовка спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.	1
43	Февраль 2 неделя		Методы тренировки бросков, ударов по мячу, занятия с отягощением на руку. Навыки контроля своей подготовки.	1
44	Февраль 2 неделя		Челночный бег 3x9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	1
45	Февраль 3 неделя		Судейство игры, методика судейства.	1
46	Февраль 3 неделя		Методика перехода от медленной игры к быстрой.	1
47	Февраль 4 неделя		Игровые упражнения 5x4 и 4x3.	1
48	Февраль 4 неделя		Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	1
49	Февраль 5 неделя		Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	1
50	Февраль 5 неделя		Выполнение тактической комбинации 2x1, 1x1.	1
51	Март 2 неделя		Выполнение тактической комбинации 2x1, 3x2 со сменой места.	1
52	Март 2 неделя		Виды стандартных положений. Специально беговые упражнения.	1
53	Март 3 неделя		Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	1
54	Март 3 неделя		Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	1

55	Март 4 неделя		Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	1
56	Март 4 неделя		Прыжки через скакалку. Эстафеты с клюшкой.	1
57	Март 5 неделя		Игровые приемы во флорболе и способы их выполнения. Челночный бег 3x9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	1
58	Март 5 неделя		Психологическая подготовка спортсмена.	1
59	Апрель 1 неделя		Подскоки, прыжки, подтягивание на высокой перекладине. Учебная игра. Физическая подготовка спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.	1
60	Апрель 1 неделя		Передвижение по залу, в игре по направлениям. Учебная игра.	1
61	Апрель 2 неделя		Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического характера в движении.	1
62	Апрель 2 неделя		Прыжковые упражнения и перемещения в стойке. Броски с левой и правой стороны клюшки.	1
63	Апрель 3 неделя		Длинная обводка стоек по большой дуге.	1
64	Апрель 3 неделя		Техника выполнения короткой обводки.	1
65	Апрель 4 неделя		Тактика игры атакующего. Учебная игра.	1
66	Апрель 4 неделя		Техника выполнения силовой обводки.	1
67	Апрель 5 неделя		Судейство игры, методика судейства.	1
68	Май 2 неделя		Контроль подготовленности занимающихся.	1
69	Май 2 неделя		Учебная игра 3 x 3	1
70	Май 3 неделя		Учебная игра 4 x 4	1
71	Май 3 неделя		Учебная игра 5 x 5	1
72	Май 4 неделя		Учебная игра 6 x 6	1

Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы:

- Условия набора и формирования групп: в объединение принимаются все желающие без специального отбора.
- Возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения: не предусмотрена
- Кадровое обеспечение программы: педагог дополнительного образования
- Особенности организации образовательного процесса:

Занятие продолжительностью 40 минут два раза в неделю

- Особенности организации образовательного процесса:

Формы аттестации Виды контроля

КОНТРОЛЬ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ	
Входной мониторинг.	Во время первого занятия по флорболу.
Текущий контроль;	<u>Текущий контроль</u> осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся. Формы: - педагогическое наблюдение; - опрос на выявление умения рассказать правила выполнения; - соревнования.
Промежуточный контроль	
Итоговый контроль:	Подведение итогов года; Количество применяемых флорболистом технико-тактических действий из разных классификационных групп; эффективность применения технико-тактических действий (коэффициент эффективности).
Форма фиксации учебных результатов программы	Баллы, уровень.

Учет во время выполнения упражнения	<p>Оценивание техники: Удовлетворительно (упражнение выполнено с несколькими нарушениями в технике) Хорошо (упражнение выполнено с незначительным нарушением техники) Отлично (упражнение выполнено без нарушений техники)</p> <p>Оценка Для комбинационного типа — минимальное время (секунды) выполнение 1—2 подходов</p>
Система оценивания личностных результатов	
Результаты воспитания	<p>Достичь устойчивого психического состояния во время занятий, воспитать и привить навыки личной гигиены; воспитать дружелюбные отношения в коллективе, развить интерес к занятиям по флорболу;</p> <p>Воспитание качеств и свойств личности (дисциплинированности, честности, отзывчивости, взаимопомощи, смелости)</p> <p>Воспитание умений управлять своими эмоциями, принимать правильное решение, находясь в сложных ситуациях</p>
Результаты развития	<p>Знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> -о значении физической культуры и спорта; -о правилах поведения и мерах безопасности на занятиях по флорболу -о приемах, передвижению

Рейтинг результативности

Фамилия, имя	Диагностика результативности			Средний балл
	Теоретические знания	Практические умения	Достижения	

Каждый член объединения набирает определенную сумму баллов за различные виды работы.

Оценочные и методические материалы

По мере освоения программы проводится контроль в форме тестирования обучающихся по уровню физической и технической подготовленности. Тестирование обучающихся проводится в начале и конце учебного года (2 раза). Подведение итогов по общей, специальной физической и технической подготовке оформляется в табличном виде. Основной критерий - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатами в начале года.

Формы организации образовательной деятельности:

- индивидуально-групповая;
- групповая (занятия ОФП, отработка элементов техники и т.д.);
- по подгруппам (работа с партнером);
- индивидуальные (проработка упражнения, показ, обращение внимания на ошибки).

Методы обучения:

По способу организации занятия:

- словесные (беседа, объяснение материала, опрос, обсуждение);
- наглядные (просмотр видеоматериалов);
- практические (выполнение заданий)

Занятия строятся по определенной структуре:

- Вводная часть (разминка, подготовка детей к основной части).
- Основная часть (изучение технических, тактических элементов, способствовать развитию физической подготовленности занимающихся).
- Заключительная часть (игра, разбор ошибок)

Подготовительной (или разминка), основной и заключительной.

В подготовительной части решаются две задачи: разогревания и подведения к решению основной части занятия. Для решения первой задачи применяются упражнения, способствующие повышению температуры тела и скелетных мышц, что приводит к усилению кровообращения и дыхания, подвижности в суставах и многому другому, что необходимо для выполнения заданий основной части. Для разогревания используются общеразвивающие упражнения – легкий бег, общеразвивающие упражнения, в которых вначале участвует небольшое количество групп, затем следует переходить к упражнениям, в которых задействовано все большее и большее их количество: упражнения кисти и пальцев рук – сжимать, разжимать; сгибать, разгибать; вращать и лучезапястных, локтевых, плечевых суставах. То же с упражнениями для ног: вначале упражнения, в которых участвуют голеностопные суставы, затем коленные и тазобедренные. Затем упражнения для мышц живота и спины. Затем упражнения, в которых задействовано большое количество групп мышц. Количество упражнений, как и длительность этой части разминки, во многом будет зависеть от возраста занимающихся, этапа подготовки, места и условий проведения занятия.

Во второй части разминки следует выполнять такие упражнения, которые помогут настроиться на выполнение задач основной части занятия. Они во многом будут зависеть от уровня подготовленности обучающихся.

В основной части занятия решаются задачи конкретного учебного занятия: обучения элементам технических действий, воспитания физических качеств.

В заключительной части занятия внимание уделяется игровому методу, для закрепления и развития физических качеств и совершенствование двигательных

умений и навыков. Также, в этой части решается задача восстановления обучающегося после выполненной им работы в основной части занятия. В этой части вся работа выполняется в спокойном, равно-мерном темпе, включается выполнение упражнений на расслабление, растягивание.

При выборе методов ведения занятия используются:

- Фронтальный способ - упражнения выполняются одновременно всеми обучающимися. Его преимущество - большой охват детей, достижение высокой плотности занятия и большой нагрузки. Фронтальный способ является лучшим для коллективного выполнения упражнений, когда все дети одновременно выполняют распоряжение или команду педагога;

- Метод целостного упражнения.

Применяется на любом этапе обучения. Сущность его состоит в том, что техника двигательного действия осваивается с самого начала в целостной своей структуре без расчленения на отдельные части. Целостный метод позволяет разучивать структурно несложные движения (например, бег, простые прыжки, общеразвивающие упражнения и т.д.). Целостный метод можно осваивать отдельные детали, элементы или фазы не изолированно, а в общей структуре движения, путем акцентирования внимания обучающихся на необходимых частях техники.

- Метод подводящих упражнений.

Подводящие упражнения используются для облегчения усвоения целостного двигательного акта через предварительное решение серии частных образовательных задач. Это достигается тогда, когда такие упражнения содержат сходные по структуре нервно-мышечных напряжений элементы целостного действия. Подводящие упражнения способствуют накоплению в центральной нервной системе следовых эффектов, простых временных связей, которые вследствие однородности и координационной общности с основным упражнением могут облегчить его освоение.

На протяжении периода обучения в объединении дополнительного образования воспитанники проходят несколько возрастных этапов, на каждом из которых предусматривается решение определенных задач.

Общая направленность подготовки юных спортсменов от этапа к этапу следующая:

- постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействия с партнерами;
- переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным для флорболистов;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- постепенное, планомерное увеличение объема тренировочных нагрузок;
- повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья.

Организация аудиторных, внеаудиторных (самостоятельных) занятий, определение формы аудиторных занятий:

- соревнование;
- игра;
- сдачи нормативов;
- упражнения;

Материально-техническое обеспечение программы: для реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал;
- маркерная доска;
- компьютер с выходом в Интернет,
- флорбольные ворота,
- клюшки, мячи;
- фишки, конусы,
- видеокамера,
- барьеры, координационная лестница,

- манишки.

Дидактическое оснащение программы:

- карточки с заданиями;
- наборы раздаточного материала;
- записи спортивных матчей,
- литература по темам.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список использованной литературы:

1. Аулик И.В. Как определить тренированность спортсмена. – М., Ф и С, 1977
2. Баженов А.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе. Журнал физическая культура в школе, 1999, № 5 и № 6.
3. Баженов А.А. Флорбол. Тактика игры. Журнал физическая культура в школе, 2000, № 1 и № 2.
4. Вавилов Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателей детского сада. – М., Просвещение, 1981.
5. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. – М.; Медицина, 1991.
6. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. М., Просвещение, 1976.
7. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. – М., 1988.
8. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. – М.; СпортАкадем Пресс, 2000.
10. Теория и методика физического воспитания./ Под ред. Б.А. Ашмарина/ М., Просвещение, 1990.
11. Флорбол. Правила соревнований (учебно-методическое пособие)/Под ред. В.А.Костяева. – Издательский центр СГМУ г. Архангельск,
12. Костяев В.А. Методика начального обучения технике флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» – Архангельск: АГМА, 1998. – 83с.