

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 1

УТВЕРЖДЕНА
ПРИКАЗОМ № 576-08 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФЛОРБОЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ»

Возраст учащихся: 7-9 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик: педагог дополнительного образования
Давыдова Наталья Александровна

Программа разработана в 2018 году
Программа переработана в 2023 году

Санкт-Петербург
2023 год

Пояснительная записка.

Направленность программ: физкультурно-спортивной направленности.

Флорбол – (хоккей в зале) игра многогранная, в основе которой – мастерство флорболистов, их импровизация, сыгранность, умение до конца бороться за победу. Однако и этим не ограничивается характеристика этой замечательной игры. У флорбола есть еще одно ценное качество – универсальность. Так, систематические занятия флорболом оказывают на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся флорболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Актуальность

Во всем мире, в том числе и в нашей стране, существуют различные спортивные игры, по которым проводят многочисленные соревнования. Большинство возникло из народных подвижных игр, издавна пользующихся успехом среди населения. В решении задачи укрепления здоровья видная роль принадлежит спортивным играм, которые широко используют в качестве одного из средств активного отдыха, а также содействуют воспитанию быстроты, ловкости, выносливости, решительности, силы, смелости, дисциплинированности, товарищеской взаимопомощи, смекалки. Все перечисленное в полной мере относится к игре во флорбол.

В настоящее время возник большой спрос на информацию о спортивной игре флорбол, которая была создана сравнительно недавно и стремительно приобрела популярность. Слово флорбол английское: (floor – пол, ball – мяч) и буквально означает «игра с мячом на полу», а если сказать точнее, то это хоккей в зале и напоминает больше всего хоккей с шайбой.

Флорбол без преувеличения становится одной из популярных в мире спортивной игрой, несмотря на то, что по сравнению с так называемыми классическими видами спорта он имеет небольшую историю. В настоящее время в международной федерации флорбола (IFF) зарегистрировано 55 стран со всех континентов Мира.

Ценность флорбола заключается в том, что благодаря легкому спортивному инвентарю (мяч весом – 23 грамма, а клюшка не более 380 грамм) в этой игре могут выступать мальчики и девочки с любой конституцией тела.

Отличительные особенности программы:

Новый вид спорта даст большую возможность молодым спортсменам участвовать на соревнованиях различного уровня. Совершенствуя в данной программе всестороннюю физическую подготовку и упорно совершенствуя технику и тактику игры у занимающихся

развиваются такие качества как дисциплинированность, серьезное отношение к тренировкам, товарищество, взаимопонимание, преемственность поколений, создается хорошая взаимосвязь родителей, детей и тренеров, повысится функциональная деятельность организма.

Особое значение в программе приобретает психологическая и морально-волевая подготовка. Поскольку же процесс прочного овладения тем или иным техническим приемом продолжается весьма долго, то и подготовка будущих флорболистов, особенно в техническом плане должна начинаться с достаточно раннего возраста.

Адресат программы:

Настоящая программа адресована учащимся 1-4 класса, занимающимся флорболом (первый и второй год обучения, начальный уровень)

Объем и срок реализации программы:

Данная программа рассчитана на один учебный год.

Продолжительность освоения 144 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, с перерывом не менее 10 мин.

Цель программы Освоение технико-тактических приемов игры флорбол и применение их в игровой деятельности. Популяризация и развитие разновидности хоккея.

Задачи программы:

Обучающие:

- укрепление здоровья занимающихся, повышение общей физической подготовки;
- обучение основам техники флорбола;
- начальное обучение тактическим действиям в нападении и защите;
- привитие навыков участия в игровой соревновательной деятельности;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами флорбола;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта, в том числе флорбола.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремленность, волю, активность, чувство товарищества, настойчивость, дисциплинированность;
- привитие занимающимся стойкого интереса к занятиям флорболом.

Развивающие:

- повышение общей физической подготовленности (особенно таких качеств, как быстрота, ловкость, скоростно-силовые качества, гибкость);
- развитие специальных способностей и психических качеств, способствующих успешному овладению умениями и навыками игры;
- развивать стремление к участию в соревнованиях.

Основной формой проведения секции являются учебно-тренировочные занятия.

Условия реализации программы.

Условия набора детей: принимаются все желающие вне зависимости от их способности, уровня физического развития, не имеющих медицинского противопоказания.

Условия формирования групп: учащиеся делятся на возрастные группы.

1 год обучения - 15 человек

Учащиеся могут поступить на обучения без предварительной подготовки.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год.

Режим занятий: занятия проводятся на стадионе и в спортивном зале.

Продолжительность занятий в секции - 2 раз в неделю по 2 часа

Кадровое обеспечение: Занятия проводит педагог дополнительного образования.

Этапы работы по программе:

1 этап (начальный)	3 мес.	Изучение техники безопасности и правил флорбола. ОФП. Изучение основных элементов флорбола. Подвижные игры на развитие игрового мышления.
2 этап (основной)	3 мес.	Подводящие и основные упражнения, способствующие овладению техническими и тактическими приемами. Подготовительные игры и игровые упражнения. Теоретические занятия по программе.
3 этап (заключительный)	3 мес.	Овладение техникой работы с мячом и клюшкой и некоторыми тактическими действиями для участия в соревнованиях и турнирах

На первом этапе

- Учащие знакомятся с особенностями игры во флорбол, техникой безопасности обращения с мячом и клюшкой и основами работы на тренировке.
- Учащиеся знакомятся с основными элементами флорбола и пробуют повторить упражнения по показу тренера (ведение, контроль, отбор мяча, а также, основные броски по воротам).
- Изучают подвижные игры на развитие игрового мышления.
- Занимаются ОФП, СФП.

На втором этапе

- Учащиеся продолжают занятия по ОФП, СФП и совершенствуют свои координационные навыки.
- Учащиеся изучают основные и подводящие упражнения для овладения техническими и тактическими приемами флорбола (ведение, контроль, отбор мяча, броски, передачи в двойках и тройках).

- Учащиеся осваивают перемещения флорболистов на площадке, изучают подготовительные игры и подводящие упражнения (мяч капитану, квадрат, треугольник)
- Продолжают изучать теоретические занятия по флорболу.

На третьем этапе

- Используется широкий круг средств всестороннего воздействия, в том числе из других видов спорта (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика, акробатика, плавание).
- Учащиеся продолжают работу над техникой владения мячом и клюшкой, а также основным тактическими действиями для участия в соревнованиях и турнирах.

Особенности организации образовательного процесса:

Формы проведения занятий:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-воспитательные мероприятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях и контрольных играх;
- просмотр и анализ учебных кино- и видеоматериалов.

Методы обучения на занятиях:

- словесный - объяснение терминов, новых понятий.
- наглядный - показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов.
- практический - выполнение учащимися практических заданий и упражнений.
- игровой- повышает интерес занимающихся и эмоциональный фон занятия.
- Соревновательные –позволяет значительно увеличивать физическое и волевое напряжение и способствует повышению функциональных возможностей.

Материально – техническое обеспечение:

Материально - техническое оснащение тренировочного процесса должно соответствовать определенным нормам и требованиям.

№ п/п	Спортивный инвентарь и оборудование	Кол-во в наличии
1	Коврики гимнастические	15
2	Мяч игровой (волейбол, гандбол, футбол)	3
3	Манишки	15

4	Ворота для флорбола с сеткой	2
5	Флорбольные мячи	30
6	Флорбольные клюшки	17
7	Фишки для разметки	20
8	Скакалка гимнастическая	15
9	Координационная лестница	2
10	Обруч гимнастический	15
11	Набивные мячи	15
12	Форма вратарская	2
13	Шлем вратарский	2

Планируемые результаты освоения программы:

- у учащегося начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- сформирован устойчивый интерес к игре флорбол и подвижным играм;
- ученик реализует собственные способности спортивной деятельности, в игре флорбол.
- умеет работать в коллективе.

Личностные:

Ученик научится:

- индивидуальной технике и тактике игры во флорбол
- повышать мотивацию к изучению потребности играть во флорбол
- ориентироваться в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих;
- давать себе установку на здоровый образ жизни.

Ученик получит возможность научиться:

- развивать любознательность и сообразительность;
- развивать способность к самооценке на основе критерия успешности;
- формировать внутреннюю позицию учащегося на уровне положительного отношения к внеурочной деятельности;
- реализовать установку на ЗОЖ в реальном поведении и поступках.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Ученик научится:

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и с условиями ее реализации;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок.

Ученик получит возможность научиться:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- самостоятельно учитывать действия в новом учебном материале;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные

Ученик научится:

- устанавливать причинно-следственные связи;
- ориентироваться в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих;

Ученик получит возможность научиться:

- расширять свой кругозор посещая соревнования и другие спортивные мероприятия;
- осуществлять сравнение и анализировать свои действия с действиями товарищей.

Коммуникативные

Ученик научится:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером.

Предметные результаты:

Ученик научится:

- основам игры во флорбол;
- играть в подвижные игры;
- теории техники и тактики игры;
- понимать значение командных действий.

Ученик получит возможность:

- сформировать первоначальных представлений о флорболе и понимание общего смысла игры;

- участвовать в соревнованиях и играх повышая свое позитивное эмоциональное состояние.
- забивая гол или давая хороший пас, отбивая мяч ребенок почувствует себя отличившимся и его самооценка вырастет.

Учебный план

к программе «Флорбол для детей»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	4	4	-	Наблюдение Учебное тестирование
2.	Общая физическая подготовка	40	-	40	Наблюдение Самоанализ
3.	Специальная физическая подготовка	20	-	20	Анализ педагога Наблюдение
4.	Техническая подготовка	30	1	29	Сравнительный анализ
5.	Тактическая подготовка	15	1	14	Наблюдение Самоанализ
6.	Подвижные игры	17	1	16	Наблюдение Анализ педагога
7.	Текущие и контрольные испытания, переводные экзамены	6	1	5	Наблюдение Учебное тестирование Анализ педагога
8.	Соревнования	12	2	10	Наблюдение Самоанализ
ИТОГ		144 ч	10 ч	134 ч	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТ
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 1

УТВЕРЖДЕН
ПРИКАЗОМ № 576-08 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
к программе «ФЛОРБОЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ»
на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения По программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	02.09.2023	03.06.2024	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

II. Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

-**Входной контроль** - проводится при формировании коллектива – изучение отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка: (сентябрь)

-**Промежуточный контроль** – проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия, года (декабрь)

-**Итоговый контроль** - проводится в конце обучения по программе – проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка (май)

Формы проведения диагностики и контроля:

-Наблюдение детей в процессе учебных занятий, тренировочных игровых турниров.

-Открытые занятия (контрольные, итоговые) для родителей, педагогов, специалистов, администрации.

-Сравнительный анализ.

III. Режим работы в период школьных каникул:

Занятия проводятся по расписанию в форме групповых занятий, участия в внутришкольных, районных и городских соревнованиях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной
общеразвивающей программе
«ФЛОРБОЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ» (7-9)

В последние годы заметна большая популярность обучать детей в подготовительной спортивно-оздоровительной группе 6-7 летнего возраста, это объясняется хорошей предварительной подготовкой спортсменов в дальнейшей многолетней системе тренировок флорболистов.

Предварительная подготовка характеризуется набором детей младшего школьного возраста и организацией работы в подготовительных группах.

Физическая подготовка юных флорболистов предварительной подготовки и направлена на укрепление, всестороннее и гармоническое развитие всех органов и систем, на воспитание основных двигательных качеств. С этой целью в программе используется широкий круг средств общей физической подготовки с акцентом на развитие быстроты, ловкости и гибкости.

Цель:

Содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и спортивными играм.

Задачи обучения:

Обучающие:

- формирование знаний о закалывающих процедурах и укреплении здоровья;
- укрепление здоровья занимающихся;
- повышение общей физической подготовленности;
- формирование представления и умения играть в подвижные игры;
- обучение основам техники и тактики игры во флорбол;

Развивающие:

- развитие преимущественно скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости;
- развитие морально-волевых качеств;
- развитие товарищества и взаимопомощи.

Воспитательные:

- воспитание умения заниматься самостоятельно;
- воспитание дисциплинированности.

Ожидаемые результаты:

Личностные:

Ученик научится:

- активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации сам регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды,
- находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;
- основным элементам техники и тактики игры во флорбол;
- повышать мотивацию к изучению потребности играть во флорбол;
- ориентироваться в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих;
- давать себе установку на здоровый образ жизни.

Ученик получит возможность научиться:

- развивать любознательность и сообразительность;
- развивать способность к самооценке на основе критерия успешности;
- формировать внутреннюю позицию учащегося на уровне положительного отношения к внеурочной деятельности;
- реализовать установку на ЗОЖ в реальном поведении и поступках.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Ученик научится:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий;

Ученик получит возможность научиться:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- самостоятельно учитывать действия в новом учебном материале;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные

Ученик научится:

- осуществлять поиск необходимой информации путем общения;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Ученик получит возможность научиться:

- строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные

Ученик научится:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером.

Предметные результаты:

Ученик научится:

- основам игры во флорбол;
- Основам теории техники и тактики игры;
- понимать значение командных действий;
- играть в подвижные игры.

Ученик получит возможность:

- сформировать первоначальное представление о флорболе и понимание общего смысла игры;
- играть в игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности);
- развить произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Особенность программы обучения:

- обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста.
- достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий.
- уделение внимания психологической подготовке занимающихся: устранению страха перед сложными упражнениями, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 1**

**УТВЕРЖДЕНО
ПРИКАЗОМ № 576-08 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН**

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Программа: «ФЛОРБОЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ»

Педагог дополнительного образования: Созинов Сергей Андреевич

№ п/п	Даты	Темы	Количество часов		
			Теория	Практика	Всего
1.	02.09	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, места занятий оборудование, инвентарь. Развитие мелкой моторики по средствам мяча и клюшки. Знакомство с видом спорта флорбол.	1ч	1ч	2ч
2.	04.09	Строевые упражнения. Подвижная игра «Ребята,смирно!» Обучение движение в колонне по одному. ОФП (на разв. верх.плечевого пояса). Правильный хват клюшки – определение.Стойка флорболиста. Подвижные игры с элементами флорбола «День, ночь»	1ч	1ч	2ч
3.	09.09.	Строевые упражнения. П.игры «Ребята,смирно!», «Запомни-порядок». ОФП на укрепление мышц шеи. Разучивание ведение мяча. П.игры: «Колобок», «Огурчики и мышка». Разучивание «заминка».		2ч	2ч
4.	11.09	Строевые упражнения, расчет, перестроение. Игры на внимание «Спортсмены». ОФП для мышц туловища. ОРУ с гимнастическими палками (клюшками). Ведение мяча. Подвижные игры «Хитрая лиса» с эл-тами флорбола, «Догони лисицу» с манишками. Обучение «заминка».		2ч	2ч
5.	16.09	Строевые упражнения (шеренга, колонна, дистанция). «За флажками!». ОФП на разв верх.плечевого пояса. ОРУ с флорбольными мячами. Ведение и контроль мяча и основная стойка флорболиста. П.игры с эл-ми флорбола: «Море волнуется раз!», «Огурчики и мышка». Обучение «заминка».		2ч	2ч
6.	18.09	Строевые упражнения «Запрещенное движение».		2ч	2ч

		ОФП упр. для ног. Л/а упражнения бег с ускорением 30-40 м. Ведение мяча восьмеркой. П.игры: «Охотники и утки», «Пятнашки»(с мячом и клюшкой). Обучение «заминка».			
7.	23.09	Строевые упражнения. П.игра на внимание «Солнце, ветер, лужи». ОФП для ног. Л/а упражнения повторный бег 2-3 раза 20-30 м. Ведение мяча на месте и в движении, с изменением направления. Подв игра «Удержи мяч». Закрепление «Заминка».		2ч	2ч
8.	25.09	Строевые упражнения «расчет». П.игра на внимание «пишки, желуди, орехи». ОФП для мышц туловища. ОРУ с набивными мячами. П.игра «Перестрелка». Эстафеты с клюшками и мячами.		2ч	2ч
9.	30.09	Флорбольная разминка (разучивание). Подвижная игра на внимание. Л/а бег 60 метров (зачет). ОРУ с клюшками и мячами. Ведение, контроль, отбор мяча на месте и в движении. П.игра: «Огурчики и мышка», «Охотник за мячами».		2ч	2ч
10.	02.10	ОФП л/а бег чередование с ходьбой до 400 м. ОРУ со скакалкой. Изучение техники ведения мяча по прямой и змейкой.		2ч	2ч
11.	07.10	ОФП л/а кросс 300-500 м. ОРУ координационная лестница. Ознакомление с техникой бросков. Техника ведения мяча.		2ч	2ч
12.	09.10	ОФП прыжки. ОРУ координационная лестница. Соединение техники ведения мяча и броска по воротам.	1ч	1ч	2ч
13.	14.10	ОРУ с клюшкой (гимнастической палкой). Повторение техник ведения и бросков во флорболе. Обучающая игра.		2ч	2ч
14.	16.10	ОФП. Техника ведения мяча «дриблинг», техника бросков. Удар (открыто, закрытой стороной)		2ч	2ч
15.	21.10	ОРУ с набивными мячами. Техника ведения мяча на скорость (одной рукой, одной-двумя, двумя), техника бросков. П.игра «метко в цель».		2ч	2ч
16.	23.10	ОФП. Техника ведения мяча на скорость (одной рукой, одной-двумя, двумя), техника бросков. Подвижные игры на выбор. Умение ориентироваться на игровой площадке.		2ч	2ч
17.	28.10	ОФП верхний плечевой пояс. Л/а метание теннисного мяча (выявление способностей)		2ч	2ч

		учеников к вратарской деятельности). Изучение техники передач в парах, передачи на месте и в движении и с броском.			
18.	30.10	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра «Квадрат», «Мяч капитану» гандбольным мячом. Изучение отбор мяча (выигрыш в стандартных ситуациях).		2ч	2ч
19.	11.11	Эстафеты между занимающимися разделенные на команды. Отбор мяча ногой.		2ч	2ч
20.	13.11	Штрафные броски. Изучение оборонительных действий «стенки» и игры вратаря. Игра по упрощенным правилам.	1ч.	1ч	2ч
21.	18.11	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов. Отбор при встречном движении.		2ч	2ч
22.	20.11	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. П.игра «Охотники за мячами»		2ч	2ч
23.	25.11	Совершенствование техники передач в парах на месте и в движении. Игра во флорбол по упрощенным правилам.		2ч	2ч
24.	27.11	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных бросков в створ ворот.		2ч	2ч
25.	02.12	ОРУ с клюшками. Игра на счет с учетом времени. Подготовка к общешкольным соревнованиям, выявление лучших игроков.		2ч	2ч
26.	04.12	Игры на изучение тактических действий, игры на удержание мяча в двойках и тройках. Подвижные игры «Охотники за мячами» с элементами флорбола»		2ч	2ч
27.	09.12	ОФП л/а Равномерный бег до 6 мин, до 8 мин. Прием и остановка мяча ногой (бедром, голенью, грудью, стопой). Подвижные игры по выбору.		2ч	2ч
28.	11.12	Выполнение остановки мяча с уступающим движением и без. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
29.	16.12	Развитие координационных способностей. Координационная лестница. Подвижные игры по выбору с элементами флорбола.		2ч	2ч
30.	18.12	ОФП флорбол, бег с остановками и изменением направления. ОРУ со скакалками. Основные атакующие действия, комбинации в двойках и тройках.		2ч	2ч

31.	23.12	ОФП. ОРУ в парах повороты, наклоны туловища. Броски по воротам с места и в движении. Инструктаж по ТБ.		2ч	2ч
32.	25.12	ОФП акробатические упр. группировка. Броски по воротам, бег по прямой, по дуге, по диагонали.		2ч	2ч
33.	13.01	ОФП акробатические упр. перекаты. Отработка передач в движении, передача мяча.		2ч	2ч
34.	15.01	Обучение игры вратаря – основная стойка. Отбор мяча. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
35.	20.01	Развитие гибкости, старты из различных положений, отжимания. П.игра «Мяч капитану». Техника игры вратаря: передвижение толчком голеностопа.		2ч	2ч
36.	22.01	Отработка тактики штрафных бросков, понятие «стенка», угловые и розыгрыши мяча.		2ч	2ч
37.	27.01	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.		2ч	2ч
38.	29.01	ОРУ на укрепление туловища, отжимания. Чеканка мяча на клюшке. Подв игра с элементами флорбола.		2ч	2ч
39.	03.02	Основные действия вратаря. Ввод мяча вратарем в игру. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
40.	05.02	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов. Обводка с использованием «финтов».		2ч	2ч
41.	10.02	Специальные упражнения. Жонглирование мяча «чеканка». Гандбол.		2ч	2ч
42.	12.02	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. Пеонербол.		2ч	2ч
43.	17.02	Отбор мяча перехватом. Развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх. Тренировочные игры 1 на 1.		2ч	2ч
44.	19.02	Изучение технических приемов, прием мяча грудью, на клюшку, ногой. Двусторонняя учебная игра флорбол. Баскетбол.		2ч	2ч
45.	24.02	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Передачи навесом, подкидкой на игрока. Двусторонняя учебная игра флорбол, футбол.		2ч	2ч
46.	26.02	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. Перехват продольной и поперечной передачи.		2ч	2ч

47.	02.03	Пресинг 2х1, пресинг по местам. Товарищеская игра		2ч	2ч
48.	04.03	Челночный бег с преодолением препятствий, с ведением и без ведения мяча. Тактика нападения атака ворот.		2ч	2ч
49.	11.03	Штрафной бросок –буллит. Прием и остановка мяча (клюшкой открытой, закрытой стороной)		2ч	2ч
50.	16.03	Скоростные упражнения + броски по воротам по неподвижному и катящемуся мячу. Выбор места для оборонительных действий.		2ч	2ч
51.	18.03	Повторный инструктаж по технике безопасности на рабочем месте, спортивная гимнастика, акробатика, стрейчинг, стабилизация, спорт игры, оказание первой мед помощи.		2ч	2ч
52.	23.03	Комбинации из бега «паучком», отжиманий, прыжковых упражнений, игра в футбол.		2ч	2ч
53.	25.03	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. Игра флорбол, футбол.		2 ч	2ч
54.	30.03	Ведение мяча + удар по воротам. Тактика нападения. Игра в атаке 2х0,2х1, 3х0, 3х1. Гандбол.		2ч	2ч
55.	01.04	ОФП бег 500 метров б/у времени. Тактическая подготовка, игра в тройках, 3х1, 2х1, 1х1.		2ч	2ч
56.	06.04	ОФП ноги. Ла техника бега 1000 м. Игра на опережение, старты из различных положений.		2ч	2ч
57.	08.04	ОРУ флорболиста. Координационная лестница. Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка. П.игры «третий лишний».		2ч	2ч
58.	13.04	ОРУ с набивными мячами. Координационная лестница. Игра в гандбол по упрощенным правилам.		2ч	2ч
59.	15.04	ОРУ флорболитса. Координационная лестница. Бег с остановками и изменением направления.		2ч	2ч
60.	20.04	Развитие координационных способностей. Двусторонняя игра.		2ч	2ч
61.	22.04	Совершенствование техники ведения мяча, броски в ворота (зачет)		2ч	2ч
62.	27.04	Передвижение на руках с помощью партнера, переноска партнера, комплекс упражнений у гимнастической стенки.		2ч	2ч
63.	04.05	ОРУ флорболиста. Координационная лестница. Техника игры вратаря ловля и отбивание мяча. Старты из различных положений, двусторонняя игра.		2ч	2ч

64.	06.05	ОРУ флорболиста. Координационная лестница. Упражнение змейка + удар по воротам. Угловые розыгрыш мяча из стандартных ситуаций.		2ч	2ч
65.	11.05	ОРУ флорболиста. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2ч	2ч
66.	13.05	ОРУ флорболиста. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2ч	2ч
67.	18.05	ОРУ флорболиста. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2ч	2ч
68.	20.05	ОРУ флорболиста. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2ч	2ч
69.	25.05	ОРУ флорболиста. Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2ч	2ч
70.	27.05	Сдача контрольных нормативов двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
71.	01.06	Сдача контрольных нормативов двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
72.	03.06	Итоговое занятие		2ч	2ч
ИТОГО			4	140	144

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия	Номер группы	Сроки	Место проведения
1.	Участие в школьном празднике « ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»	1	сентябрь	ГБОУ СОШ 291
2.	Соревнования контрольно-нормативные в группе	1	сентябрь-октябрь	ГБОУ СОШ 291
3.	Участие в районных соревнованиях по флорболу	1	октябрь	ЦФИЗ Красносельского района
4.	Участие в районных соревнованиях по флорболу	1	ноябрь	Здоровцева 8
5.	Новогодние турниры «семейные»	1	декабрь	ГБОУ СОШ 291
6.	Новогодние турниры по приглашению	1	декабрь	СОШ Красносельского района
7.	Всероссийский турнир по флорболу St.PeterburgFloorballCup	1	январь	Фабрика Футбола г.Санкт-Петербург ул. Софийская
8.	Участие в турнирах по флорболу посвященных праздникам- 23 февраля.	1	февраль	ГБОУ СОШ 291
9.	Соревнования контрольно- нормативные в группе	1	март-февраль	ГБОУ СОШ 291
10.	Городские и Всероссийские соревнования по флорболу «Золотая клюшка 2019»	1	март	Фабрика Футбола г.Санкт-Петербург ул. Софийская
11.	Участие в районных и городских турнирах по флорболу	1	апрель	Здоровцева 8
12.	Участие в районных и городских турнирах	1	май	Стадионы г.Санкт-Петербург
13.	Соревнования контрольно- нормативные в группе	1	май-июнь	ГБОУ СОШ 291
14.	Участие в Международном турнире «Spb Open 2020»	1	июнь	Фабрика Футбола г.Санкт-Петербург ул.Софийская

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Название мероприятия	Номер группы	Сроки	Место проведения
1.	Родительское собрание Тема: «О задачах творческого объединения в новом учебном году, планирование совместной работы. Выбор родительского комитета»	1	сентябрь	ГБОУ СОШ №291
2.	Участие и помощь родителей в спортивных соревнованиях детей	1	октябрь	СОШ Красносельского района
3.	Праздничный концерт ко Дню матери	1	ноябрь	ГБОУ СОШ №291
4.	Организация и проведение Новогоднего праздника	1	декабрь	ГБОУ СОШ №291
5.	Родительское собрание Тема: «Участие воспитанников в городских соревнованиях, конкурсах»	1	январь	ГБОУ СОШ №291
6.	Поездка детей с родителями на городские соревнования	1	февраль	Стадионы г.Санкт-Петербург
7.	Турнир ко Дню Защитника Отечества (эстафеты папа и ребенок на снегу)	1	февраль	Уличная площадка
8.	Спортивный праздник-«Поздравляем наших мам»	1	март	ГБОУ СОШ №291
9.	Открытое занятие для родителей	1	апрель	ГБОУ СОШ №291
10.	Родительское собрание «Итоги года»	1	май	ГБОУ СОШ №291

3. Содержание программы первого года обучения.

Комплектование группы: тестовые методики с детьми, проверка физических и координационных способностей. Родительское собрание

-организационные моменты, обсуждение расписания, учебной нагрузки детей. Вопрос взаимодействия родителей с деятельностью детей. (4 часа)

1.Тема: «Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.» 2 часа.

Теория (2 часа)

- инструктаж по охране труда,
- инструктаж по ТБ на тренировке и после занятий в раздевалках
- инструктаж по ТБ на соревнованиях

2.Тема: «Техническая подготовка» 30 часов.

Теория (1 час + в процессе тренировок)

- понятие - «Техническая подготовка», её виды и особенности
- взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки флорболистов.
- показатель индивидуальной техники владения мячом и клюшкой.

Практика (28 часов):

- Стойка флорболиста (высокая, средняя, низкая).
- Обучение хвату клюшки одной, двумя руками.
- Ведение мяча:
 - без отрыва клюшки от мяча, (перед собой, сбоку, по прямой и по дуге, «дриблинг»);
 - толчками концом крюка и серединой крюка (перед собой, сбоку);
 - широкое и короткое;
 - восьмеркой;
 - ведение на месте, в движении, с изменением направления;
 - одной и двумя руками;
- Прием и остановка мяча:
 - клюшкой (открытой и закрытой стороной клюшки, рукоятки);
 - ногой (бедром, голенью, грудью, стопой);
 - выполнение остановки мяча с уступающим движением и без уступающего движения.
- Отбор:
 - выигрыш мяча в стандартных ситуациях;
 - отбор мяча ногой;
 - выполнение отбора при встречном движении и сбоку;
 - отбор мяча клюшкой, корпусом, «вытаскивание мяча» концом крюка клюшки;
 - выбивание, отбивание партнеру, перехват.
- Передачи:
 - на месте и в движении;
 - в парах на точность, количество передач;
 - нижняя (открытой стороной клюшки, закрытой стороной клюшки);
 - нижняя (толчком, броском, ударом, подкидкой, оставлением);
 - верхняя (открытой стороной клюшки);
 - верхняя (броском, ударом, подкидкой).
- Броски:
 - штрафной бросок «буллит»;
 - открытой стороной (кистевой, заметающий);
 - закрытой стороной (подравление);

- броски на месте и в движении;
- Удар:
 - открытой стороной («удар - щелчек», «заметающий»);
 - закрытой стороной («удар – щелчек», подправление).
- Обводка:
 - через бор (с использованием элементов передач);
 - прокидкой, подбросом;
 - увод мяча клюшкой;
 - с использованием «финтов» (клюшкой, корпусом, с изменением направления);
 - «чеканка», жонглирование мяча.
- Техника игры вратаря:
 - обучение основной стойке;
 - принятие основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед;
 - передвижение толчком голеностопа – 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, рукой, туловищем, головой.

3. Тема: «Тактическая подготовка» 15 часов

Теория (в процессе тренировок) 1 час:

- понятие о тактической системе и стиле игры.
- знакомство с тактическими расстановками на поле 2-1-2.
- просмотр матчей и обсуждение тактических приёмов.
- тактика игры в нападение.
- тактика игры в защите: организация обороны, «персональная опека».

Практика:

- Упражнение для развития умения «видеть поле»- игра в пятнашки парами на ограниченной площади.
- **Тактика нападения. Индивидуальные действия :**
 - ведение, обводка, атака ворот;
 - умение ориентироваться на игровой площадке;
 - ловля и отбивание мяча;
 - выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров, соперников.
- **Тактика нападения. 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», «угловые»;
 - игра в атаке 2х0, 2х1, 3х0, 3х1;
 - обучение передачам мяча в «квадратах» с различным сочетанием игроков: 4х1, 3х1.
 - штрафные броски, розыгрыш штрафных из различных положений на поле.
- **Тактика игры в защите. Индивидуальные действия:**
- выбор места для оборонительного действия;
 - перехват продольной и диагональной передачи;
 - отбор мяча;
 - оборонительные действия «стенки» и игры вратаря.
- **Тактика игры в защите. Групповые действия:**
- умение подстраховывать партнера;
 - пресинг 2х1, пресинг по местам.
- **Тактика игры вратаря:**
- обучение 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;
 - развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

4.Тема: «5. Общая физическая подготовка» 40 часов.

Теория (+ в процессе тренировок):

Физическая культура как одно из средств укрепления здоровья и всестороннего физического развития.

Практика (40 часов):

- **Строевые упражнения.**
- Команды для управления группой.
 - Перестроения, расчет.
 - Шеренга, колонна, дистанция.
 - Повороты на месте.
 - Перестроение из одной колонны в две, из одной шеренги в две шеренги.
 - Переход с шага на бег и с бега на шаг.
 - Изменение скорости движения.
- **Общеразвивающие упражнения без предметов.**

- Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки. (упражнения на месте и в движении)
 - Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращение, повороты головы в различных направлениях.
 - Упражнения для мышц туловища: упражнения на формирование правильной 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.
 - Упражнения для ног: поднимание на носки, ходьба на носках, на пятках; вращение в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах; приседания на одной и на двух ногах; отведение и приведение; махи в разных направлениях: выпады; пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); ходьба по полу в приседе и в полном приседе.
 - Упражнения в парах: повороты и наклоны туловища, попеременное сгибание и разгибание рук, приседания в партнером, игры с элементами сопротивления.
 - ОРУ флорболиста - комплекс разминочных действий флорболистов в двух колоннах в движении (приставные шаги, бег, прыжки, выпады, махи, захлесты, ускорения и прочие упражнения пройденные по программе из базы ОФП и ОРУ)
- **Общеразвивающие упражнения с предметами.**
- Упражнения с набивными мячами: поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, за спиной, броски и ловля мяча.
 - Упражнения в парах с передачами, бросками и ловлей мяча.
 - Упражнения со скакалкой: прыжки на одной и двух ногах с вращением скакалки вперед, назад.
 - Упражнения с маленькими мячами, флорбольными мячами: броски; ловля мячей после подбрасывания вверх, удара об пол, удара в стену: ловля мяча на месте, в прыжке.
 - Упражнения с «гимнастическими палками» - клюшками.
 - Упражнения на координационной лестнице.
- **Акробатические упражнения.**
- Группировка в приседе, сидя, лежа на спине.

- Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад)
- Подготовительные упражнения для моста. Мост с помощью партнера.
- **Легкоатлетические упражнения.**
 - Бег: с ускорением до 30-40 м; низкий старт и стартовый разбег; повторный бег 2-3 раза по 20-30 м бег 30-60 м с низкого старта.
 - Бег до 60 метров с препятствиями.
 - Бег в чередовании с ходьбой до 400 м, кросс 300-500 м.
 - Бег 1000 метров.
 - Прыжки: в длину с места и с разбега; тройной прыжок с места и с разбега: многоскоки.
 - Метание: теннисного мяча с места и с разбега на дальность; метание мяча в цель с 5 м, с 10 м; метание мяча в стену на дальность отскока.
- **Спортивные игры.**
 - Гандбол, футбол, баскетбол, бадминтон, пионербол (игры проводятся по упрощенным правилам). Начальные навыки в технике спортивных игр.
- **Эстафеты.**
 - Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, с расставлением и собиранием предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетанием перечисленных элементов.
 - «Эстафета флорболиста», «эстафета футболиста», «эстафета баскетболиста».
 - Эстафеты с клюшками и мячами.

5.Тема :« Специальная физическая подготовка» 20 часов

Теория (+ в процессе тренировок):

- знакомство с понятием «Специальная физическая подготовка», виды и разновидности..

Практика (20 часов):

- **Упражнения для развития быстроты.**
 - По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на 5, 10, 15 м.
 - Рывки из различных исходных положений в различных направлениях.
 - Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости направления движения по зрительному сигналу.
 - Эстафеты и игры с применением беговых упражнений.
 - Бег на время.
 - Ловля и быстрая передача мяча.

- Упражнения с мячами (футбольными, баскетбольными, теннисными) у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе.
- Игры и упражнения, построенные на опережении действий партнера (овладение мячом и т.п.)
- Подвижные игры «Вызов», «Салки-пересалки», «Бегуны», «Круговая охота», «Мяч капитану» и т.д.
- **Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:**
 - Прыжки в длину, с места и с разбега, прыжки в высоту.
 - Многоскоки, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх.
 - Прыжки со скакалками.
 - Метание набивных мячей весом до 1 кг от груди, из-за головы, сбоку, снизу, вперед, назад.
 - Подвижные игры «Бой петухов», «Перетягивание через черту» и др.
 - Спортивные игры: футбол, баскетбол, ручной мяч, регби (по упрощенным правилам).
- **Упражнения для развития выносливости:**
 - Длительный равномерный бег (частота пульса 140-160 уд/мин).
 - Переменный бег (частота пульса 130-180 уд/мин).
 - Кроссы.
 - Интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 минут (работа 5-12 с. Интервалы отдыха 15-30 сек).
 - Продолжительные игры (футбол, баскетбол, ручной мяч) и упражнения с уменьшенным количеством участников, на площадках увеличенного размера.
- **Упражнения для развития ловкости:**
 - Эстафеты с предметами и без.
 - Бег с прыжками через препятствия.
 - Падения и подъемы.
 - Игра клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и приседе)
 - Выполнение способов остановки и передачи мяча во время ходьбы, бега, прыжков, после ускорений.
- **Упражнения на развитие гибкости:**
 - Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны.
 - Вращения туловища, складочки стоя и сидя.

- «МОСТ» из положения лежа и стоя с помощью партнера.

6.Тема: «Подвижные игры» 17 часов

Теория (1ч)

- знакомство с подвижными играми и происхождением игр, а также с понятием народные подвижные игры.

Практика (16ч)

- Подвижные игры.
- Подвижные игры на развитие игрового мышления. («Гонка мячей», «Салки», «Пятнашки», «Метко в цель», «Невод», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Огурчики», «День ночь» и т.д.
- Подвижные игры с элементами флорбола., «Эстафеты с бегом».

8.Тема: «Соревнования» (12 часов).

Теория (в процессе тренировок и перед соревнованиями 2 часа):

- внешний вид во время выступлений: спортивный костюм
- правила подготовки и психологической настройки к спортивному выступлению.
- правила поведения во время соревнований.

Практика:

- выступления на традиционных товарищеских соревнованиях.
- выступления на первенство района и города.

9. Тема «Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов» 6 часов

Практика (5ч) теория (1 ч)

Прием контрольных нормативов осуществляется в каждой учебной группе не менее трех раз в течение учебного года (сентябрь-октябрь, февраль-март, май-июнь). Для приема контрольных упражнений специально организуются соревнования, предусмотренные учебным планом. Для перевода в следующую учебную группу учащиеся каждой учебной группы должны выполнить строго определенное число нормативов:

1. Правильно выполнить изученные технические приемы (по заданию тренера)
2. Уметь применять основные приемы техники в упражнениях и играх.
3. Знать программный теоретический материал.
4. Выполнить нормативы по физической и технической подготовке.

Отдельные юные флорболисты, не выполнившие установленные нормативы, но являющиеся перспективными, решением педагогического совета, в порядке исключения, переводятся в следующую учебную группу.

- Оценка общей и специальной физической подготовленности (таблица нормативы).
- Учебное тестирование. Подведение итогов. Награждение лучших учащихся.

4. Оценочные и методические материалы

Основные методы спортивной тренировки можно разделить на три группы: *практические, словесные, наглядные*; к дополнительным методам относятся: *поисковые, индуктивные, дедуктивные и методы самостоятельной работы*. В тренировочных занятиях этих конкретных условий тем или иным методам отдается предпочтение.

Выбор метода определяется возрастом, подготовленностью, квалификацией флорболистов, задачей, изучаемым материалом, применяемыми средствами, условиями занятий, профессиональной подготовленностью самого тренера и другими факторами.

№	Группы методов	Метод	На что направлен
1	Словесные методы	Метод сообщения теоретических и методических сведений Методы оперативного управления Методы текущей коррекции и оценки Методы самообучения и самовоспитания Инструктаж по охране труда.	Формирование теоретических и практических знаний.
2	Наглядные методы	Методы непосредственной демонстрации - Натуральный показ Методы опосредственной демонстрации - Наглядные пособия - Методы ориентирования - Фото, кино, видеодемонстрация - Срочная информация.	Развитие наблюдательности, стимуляция внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу человека.
3	Практические методы	Метод упражнений Методы процесса обучения и совершенствования - Целостного упражнения - Расчлененного упражнения - Избирательного воздействия - Сопряженных воздействий Методы регламентации нагрузки и отдыха - Равномерный - Переменный - Повторный интервальный Игровой метод Соревновательный метод	Развивают умение применить на практике полученные знания, усовершенствовать некоторые навыки.
4	Поисковые методы	Поиск детьми новых игровых вариантов самосовершенствования.	Развитие самостоятельного мышления, исследовательских умений, творческого подхода к делу. Развитие воображения, логики.

5	Индуктивные методы	На основе пройденного материала детьми делаются пробные выводы о целесообразности тех или иных действий в игровых моментах.	Развитие умений анализировать, обобщать, делать выводы; осуществлять индуктивные умозаключения; развитие логики.
6	Дедуктивные методы	Критическое осмысливание детьми пройденного материала, консультации с педагогом, выделение основной мысли в тактических и технических действиях.	Развитие умений проанализировать явление, работу, фактический материал. Умение выделить главное и второстепенное.
7	Методы самостоятельной работы	Появление навыков совершенствования личного флорбального мастерства, самоанализа, к занятиям самообразованием с использованием специальной литературы, делится своими знаниями для их возможной корректировки.	Для развития самостоятельной деятельности, умения самостоятельно трудиться, передать свои знания другим.

Система контроля результативности обучения

Критерии оценивания по флорболу являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами владения мяча, знаниями в области правил и тд.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической и специальной подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по флорболу, тренер реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом тренеру необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре..

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической, специальной, теоретической подготовки учащихся:

1. Знания

- при оценивании знаний по предмету «Флорбол» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям.
- С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками без мяча и клюшки

- для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками
- используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

3. Техника владения двигательными умениями и навыками с мячом и клюшкой.

- для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

4. Уровень физической подготовленности учащихся.

- при оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов.

Нормативы

по физической и технической подготовке игры во флорбол

№ п/п	Контрольные упражнения	Результат		
		6 лет	7 лет	8-9 лет
Общая физическая подготовка				
1	Бег 30м (сек)	6,2	6,0	5,9
2	Бег 60м (сек)	12,2	11,5	11,0
3	Бег на 1000 м (сек)	б/у	б/у	6,10
4	Прыжок в длину с/м (см)	140	150	155
5	Отжимания (раз)	6	8	10
6	Челночный бег (с)	52	50	47
7	Бег с обеганием стоек (с)	8,3	8	7,4
Техническая подготовка				
8	Бег 20м с обводкой стоек и броском по воротам. (сек)	13,5	13,0	12,2
9	Точность передач (раз)	8	10	15
10	Точность и дальность броска мяча клюшкой (м)	6	7	10
11	Точность передач после ведения мяча и обводки стоек (сек)	9,8	9,4	8,7
12	Жонглирование мячом «чеканка» (кол-во раз)	5	7	9
13	Удары по воротам : время (с)	14,0	12,0	11,5
14	Точность (очки)	4	4	5

Методическое обеспечение образовательной программы

№	Раздел или тема программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно-образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы проведения итогов
1.	«Охрана труда». Тренировочный процесс	Вводное занятие. занятие – лекция	Объяснительно-иллюстративный метод	Плакаты по охране труда, Видео-презентация «Тренировка юных флорболистов»	Наблюдение, опрос, коллективная рефлексия
2.	Техническая подготовка флорболистов	Беседа Репетиционно-тренировочные занятия	Объяснительно-иллюстративный метод тестовая методика	<i>Плакаты:</i> <i>Видео-презентации:</i> передачи мяча в парах, остановка мяча различными способами, ведение мяча, удары по воротам	Наблюдение, опрос Диагностика,
3.	Тактическая подготовка	Занятия – презентации Репетиционно-тренировочные занятия	Метод уражнения Визуальное наблюдение Метод самоконтроля	<i>Видео уроки:</i> « Владение мячом и клюшкой» « Штрафные броски» «Игра вратаря» «Командное нападение»	Наблюдение педагога Диагностика

4.	Общая физическая подготовка	Репетиционно-тренировочные занятия Игровые занятия	Частично-поисковый метод Демонстрационный Визуальное наблюдение	Видеозаписи: «Беговые упражнения» «Бег с препятствиями» «Тренировка в фитнес-зале» «Бег по пересеченной местности» «Упражнения со скакалкой»	Наблюдение педагога Самоанализ Диагностика
5.	Специальная физическая подготовка	Занятие - презентация вида деятельности, Репетиционно-тренировочные занятия	Творческий Частично-поисковый метод Игровой метод Командный метод	Презентации: «Спортивные игры»-гандбол, баскетбол, футбол «Подвижные игры»	Наблюдение педагога Самоанализ Диагностика
6.	Игровая подготовка	Тренировочное занятие Тренировочные и товарищеские игры	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Репродуктивный, Наглядный –показ педагогом; Анализ игр с командой	Просмотр и анализ видеозаписей прошедших игр, Интерактивная доска	Наблюдение Диагностика Анализ
7.	Подвижные игры	Беседа Презентация слайдов Объяснение задач	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Репродуктивный, Наглядный –показ педагогом,;	Проговаривание игр-сказок, пропевание стихов и песенок из русских народных игр.	Наблюдение Анализ Диагностика

8.	Соревнования	Релаксационно-тренировочные занятия Игровые занятия	Частично-поисковый Метод Демонстрационный Визуальное наблюдение	Официальные и тренировочные игры на турнирах и спартакиадах районного и городского уровня на стадионах и игровых площадках.	Наблюдение педагога Диагностика
9.	Итоговое занятие Сдача контрольных нормативов	Подведение итогов Принятие контрольных нормативов	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Методика тестирования; Практический: диагностика освоения программы	Спортивная площадка Флорбольные клюшки и мячи Секундомер Грамоты	Диагностика Награждение Лучших учащихся

5. Информационные источники

Нормативная база

1. Федеральный закон №273-ФЗ (ст.15, ст.16, ст.17; ст.75) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
2. СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41), изменения от 1 марта 2017 года.

Для педагога:

1. Костяев В.А. Флорбол: Программа для детско-юношеских спортивных школ. -М.; 2005.
2. Коротко И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. - М.: ФиС, 1981.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивные игры. - М.: ФиС, 1980.
4. Вавилова Е.Н., Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – Просвещение, 1981.
5. Качапкин В. М. Физическое воспитание в начальной школе. – «Просвещение», 1976.
6. Правила игры во флорбол. - М.: (изменения с 2018 года).
7. Олин В.Н., Технологии спортивной тренировки во флорболе, - Северодвинск, 2016.
8. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
9. Казикова Н.А. Методика технико-тактической подготовки флорболистов различной квалификации», (дипломная работа) Москва, 2012.
10. Хрущев С.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием школьников. 2 -е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 1980.

Для детей:

1. Михаил Санадзе, Когда я вырасту я стану хоккеистом,-СПб «Поляндрия», 2017
2. Ю.И.Портных. Спортивные и подвижные игры» - М, 1987

Интернет – ресурсы

1. «Национальная Федерация флорбола России» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://нффр.рф/>