

МОУ «Средняя общеобразовательная школа  
«Лесновский центр образования» имени Героя Советского Союза  
Н.А.Боброва

ПРИНЯТО

На заседании методического  
Совета пр. №1 от 31.08.2023



Приказ №279 от 31.08.2023

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Флорбол» (базовый уровень)**

**Направленность: физкультурно-спортивная.**

**Возраст обучающихся: 08-11 лет.**

**Срок реализации программы 1 год.**

**Количество часов в год:72 часа**

**Разработчик: Хренова Т.А.**

педагог ДО

## **Раздел 1. Пояснительная записка.**

**1.1.** Дополнительная общеразвивающая программа «Флорбол» имеет *физкультурно-спортивную* направленность.

**1.2.** **Уровень освоения программы** – базовый.

**1.3.** **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.

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

### **1.4. Цель программы.**

Создание и выполнение условий обучения для формирования и гармоничного развития личности, адаптированной к современным 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.

## 1.5. Задачи 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 спортивности 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.

### **1.6. Учащиеся, для которых программа актуальна.**

Возраст обучающихся по данной программе: 8–11 лет. Группы формируются с учетом возрастных особенностей учащихся

Количество обучающихся в группе: 15 – 20 человек.

### **1.7. Формы и режим занятий.**

Форма занятий – групповая

Занятия проходят:

- 1 раз в неделю по 2 часа (2-3 классы)
- 1 раз в неделю по 2 часа (4-5 классы)

### **1.8. Срок реализации программы.**

Срок реализации программы – 1 год. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения:

- 72 часа – 2-3 классы.
- 72 часа – 4-5 классы

Количество учебных часов в год:

- 72 часа - 2-3 классы.

- 72 часа – 4-5 классы

### **1.9. Планируемые результаты.**

По окончании обучения **должны знать:**

- История возникновения и развития флорбола;
- Правила игры в флорбол, техника игры, техника владения клюшкой и мячом.
- Формы сохранения и укрепления здоровья, правила пожарной безопасности и техники.
- Безопасности во время занятий, правила пожарной безопасности и техники.
- Форма организации и проведения соревнований и игр.

**должны уметь:**

- Владеть техникой и тактикой игры в флорбол.
- Выполнять правила техники безопасности на занятиях.
- Выполнять нормы по общей и специальной физической подготовке.

### **Психологическая подготовка**

Филологическая (морально-волевая) подготовка играет важную роль в успешном решении методических задач и системе многолетней подготовки юных флорболистов. Содержание психологической подготовки включает воспитание морально-волевых качеств, необходимых в условиях напряженной спортивной борьбы.

Общая психологическая (морально-волевая) подготовка во всех группах предусматривает:

- воспитание идейной направленности спортсменов, их дисциплинированности и организованности;
- воспитание волевой подготовленности к преодолению неожиданно возникающих препятствий, развитие умение быстрота овладевать собой,

принимать единственное правильное решение и реализовывать его в необходимых условиях;

- совершенствование интеллектуальных качеств, развитие наблюдательности, глубины и устойчивости мышления, а также творческого воображения, выдержки и самообладания;

- совершенствование приемов контрольно-ориентировочной деятельности, идеомоторной подготовки к выполнению упражнения: обучение приемам саморегуляции неблагоприятных внутренних состояний;

- адаптация к условиям соревнований.

### ***Проектирование планируемых результатов на универсальные учебные действия (УУД) и общее развитие личности***

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

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

**В области познавательной культуры:** владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам); владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности

флорбола; владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с частными задачами по флорболу, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности обучающихся.

*В области нравственной культуры:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности во флорболе; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:* умение планировать режим дня обучающихся, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:* умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений; умение передвигаться красиво легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:* владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:* владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических и тактических действий во флорболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по флорболу. **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 предмета «Физическая культура», 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.

*В области физической культуры:* владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по флорболу, их планирования и содержательного наполнения; владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из флорбола, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по флорболу. **Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по флорболу.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры: знания по истории развития флорбола в России и мире о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; знание основных направлений развития флорбола в области физической культуры, их целей, задач и форм организации; знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте флорбола в организации здорового образа жизни.

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

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

В области эстетической культуры: способность организовывать самостоятельные занятия по флорболу, формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы

физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности; способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями. В области коммуникативной культуры: способность интересно и доступно излагать знания о флорболе, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения; способность осуществлять судейство соревнований по флорболу, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры: способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность составлять планы занятий по флорболу с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма; способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий

***Компетентностная модель:***

**Будут сформированы следующие компетенции:**

- ценностно-смысловая компетенция (умение принимать решения, ставить цель и определять направление своих действий и поступков)
- общекультурная компетенция (принимать и понимать точку зрения другого человека)
- учебно-познавательная компетенция (самостоятельно находить материал, необходимый для работы, составлять план, оценивать и анализировать, делать выводы)
- информационная компетенция (осваивать современные средства информации и информационные технологии)

- коммуникативная компетенция (умение представлять себя и свою работу, отстаивать личную точку зрения, вести дискуссию, убеждать, задавать вопросы);

- выполнять работу над исследованием, учиться быть личностью, осознавать необходимость и значимость труда, который выполняешь - это и социально-трудовая компетенция, и компетенция личностного самосовершенствования

## Раздел 2. Формы аттестации и оценочные материалы.

### 2.1.Формы контроля.

Физические способности	Физические упражнения	класс									
		5		6		7		8		9	
		мальчики	девочки								
Скоростные	Бег 30 м, с	5.0	5.1	4.9	5.0	4.8	5.0	4.7	4.9	4.5	4.8
Силовые	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, к-во раз	17	12	20	15	23	18	25	19	32	20
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	190	180	195	185	200	195	210	200	220	205
К выносливости	Бег 1000 м, мин, с	4.30	5.00	4.20	4.45	4.10	4.30	3.50	4.20	3.40	4.10
координационные	Челночный бег	8.5	9.3	8.3	8.8	8.3	8.7	8.0	8.6	8.0	8.6

	3x10, с										
Комбинированное упражнение	Слаломный бег с мячом, с	22	24	20.5	22	18.5	20	16.5	18	15.5	17.5

Примечание:

Обвод стоек и бросок мяча в цель (слаломный бег). Флорболист начинает движение от центра поля, обводит 4 стойки, расположенных в 5 м друг от друга и бросает мяч клюшкой для флорбола в ворота. Норматив засчитывается, если мяч прошёл в ворота по воздуху.

### Раздел 3. Содержание программы

#### 3.1 Учебно-тематический план

Виды подготовки	классы				
	2-3	4-5			
<b>Теоретическая часть</b>					
Техника безопасности и первая помощь пострадавшим	2	2			
Флорбол в России и за рубежом	4	4			
Основы методики обучения и тренировки	6	6			
Правила игры. Организация и проведение соревнований	4	4			
Места занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь флорболистов.	2	2			
<b>Итого часов</b>	<b>18</b>	<b>18</b>			
<b>Практическая часть.</b>					
Общая физическая подготовка	8	8			
Специальная физическая подготовка	10	10			
Техническая подготовка	12	12			

Тактическая подготовка	12	12			
Соревновательная подготовка	12	12			
<b>Итого часов</b>	<b>54</b>	<b>54</b>			
<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>72</b>	<b>72</b>			

### 3.2 Содержание учебно-тематического плана

#### Теоретическая часть

Техника безопасности и первая помощь пострадавшим. Флорбол в России и за рубежом. Основы методики обучения и тренировки. Правила игры. Организация и проведение соревнований. Места занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь флорболистов.

#### Практическая часть.

##### Физическая подготовка

*Общая физическая подготовка*

##### ***Общеразвивающие упражнения без предметов***

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи: наклоны вращения, повороты головы в различных направлениях. Упражнения для мышц туловища опускание прямых и согнутых ног в положении лежа.

*Специальная физическая подготовка*

##### ***Упражнения для развития быстроты***

По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на 5, 10м. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками. Ускорения. Бег по виражу (лицом и спиной вперед). Эстафеты и игры с применением беговых упражнений.

##### ***Упражнения для развития ловкости***

Эстафеты с предметами и без предметов. Бег прыжками через препятствия. Подвижные игры.

##### ***Упражнения для развития гибкости***

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

### ***Упражнения для развития выносливости***

Бег по пересечённой местности до 2 км, Бег 1000м.

## **ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.**

### ***Техника передвижения***

Стойка флорболиста (высокая, средняя, остановками). Бег. Бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед. Бег приставными и скрестными шагами. Бег по спирали.

## **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 безступающего 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 голеностопа – выполнение упражнения (например, передвижение влево – основная стойка, передвижение вправо - основная стойка). Ловля и отбивание мяча, посланного тренером. Обучение передвижению в воротах в основной стойке. Обучение ловле мяча рукой, отбиванию его ногой, туловищем, головой.

## **ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

### ***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 современного 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.

## **Специальная физическая подготовка**

Развитие физических способностей, необходимых для флорбола. Повышение функциональных возможностей органов и систем, определяющих успех спортсмена во флорболе. Развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях соревновательной деятельности. Формирование телосложения спортсменов с учётом требований флорбола.

## **Соревновательная подготовка**

Регулярное участие в соревнованиях по флорболу с различными по стилю игры и уровню подготовленности командами

## **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **4.1. Учебно-методическое обеспечение программы**

При проведении занятий в первую очередь руководствуюсь принципами оздоровительной направленности. Физические упражнения и игры должны способствовать развитию у занимающихся различных групп мышц и физических качеств.

Особое внимание следует обратить на эмоциональную сторону занятий, поддерживая у занимающихся постоянный интерес к занятиям, часто используя игровые формы, эстафеты. Вместе с тем развитие физических качеств должно осуществляться с учетом специфики игры флорбол. Это так называемые профилирующие (ведущие, специфические) качества. К ним относятся: адаптационная ловкость, скорость реакции, динамическое равновесие, рациональность расслабления, независимая работа мышц ног и рук.

Ловкость развивают подвижными играми, различными комбинированными эстафетами, гимнастическими и акробатическими упражнениями.

Гибкость, ловкость и координация движений взаимосвязаны и поэтому желательно, чтобы физические упражнения на развитие этих качеств использовались на каждом уроке. Эти качества можно развивать с помощью прохождения нескольких стоек с элементами обводки в различных сочетаниях.

Для развития динамического равновесия используют движения: бег "змейкой", бег с преодолением неровностей и различных препятствий, бег с быстрым изменением направления движения, упражнения на гимнастическом бревне, прыжки с поворотами и выполнением различных движений в полете, совершенствуя элементы обводки и обыгрыша.

Включение в занятия бега, взявшись за руки, эстафет с переносом предметов (мяч, клюшка и т.п.) Вращательные движения клюшкой (лопасть клюшки описывает восьмерку, круг, овал) на месте и в движении.

При развитии силы подбирают физические упражнения без отягощений (гантелей, штанг, гирь). Используют упражнения динамического характера:

повороты, вращения, приседания, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, подъем ног или туловища.

Разучивание сложных элементов нужно проводить в начале основной части урока, так как утомление затрудняет освоение новых движений.

Разучивание элементов игры приемов обводки во флорболе осуществляется с использованием, главным образом, метода показа (принцип наглядности). Изучаемый материал должен быть доступен и соответствовать уровню развития учащихся. Требования должны систематически повышаться. Ошибки и недостатки в технике должны быть сразу же исправлены с помощью имитационных и специально-подводящих упражнений. С первых же занятий с клюшкой необходимо обучить занимающихся обводки, передачи и остановке мяча, различным передвижениям по площадке, стойке игрока, а в игре вратаря это бросок мяча руками (на различные расстояния) из различных положений (лежа, сидя, стоя, в прыжке) в мишень, ловля мяча руками из различных положений (то же с подстраховкой телом) После освоения этих элементов можно приступить к игре-флорбол на ограниченной площадке.

Изучать материал следует в той последовательности, в какой он изложен в программе. Для безопасности процесса обучения нужно провести инструктаж с обучающимися по правилам поведения на спортивных сооружениях и техники безопасности.

#### **4.2. Материально-технические условия реализации программы**

*Спортивное оборудование:*

- мячи флорбольные;
- клюшки для флорбола;
- мячи теннисные;
- конусы и стойки;
- скакалки;
- мячи футбольные и т.д..

*Спортивные сооружения:*

- спортивный городок на пришкольном участке.

#### **4.3. Учебно-информационное обеспечение программы**

## Для учителя:

1. Баженов, А.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе / А.А. Баженов // Физическая культура в школе. – 1999. - № 5. – С. и № 6.
2. Баженов, А.А. Флорбол. Тактика игры / А.А. Баженов // Физическая культура в школе, 2000, № 1 и № 2.
3. Баженов, А.А. Флорбол. Правила игры и толкование / А.А. Баженов. – М. : СпортАкадемПресс, 2001 г. - 112 с.
4. Быков, А.В. Оборонительные действия в структуре технико-тактических показателей игроков различных амплуа во флорболе / А.В. Быков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2011. - № 2 (72). – С. 31-34.
5. Быков, А.В. Спорный мяч и способы его выигрыша в игровой деятельности флорбольных команд / А.В. Быков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2012. - № 4 (86). – С. 15-20.
6. Быков, А.В. Уровень физической подготовленности спортсменов высокой квалификации во флорболе / А.В. Быков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2010. - № 7 (65). – С. 17-19.
7. Формирование здорового образа жизни российских подростков : для кл. руководителей 5-9 кл. : доп. М-вом образования Рос. Федерации в качестве учебно-методического пособия / под ред. Л.В. Баль; под ред. С.В. Барканова .— М. : Владос, 2002 .— 188 с.
8. Фролов, В. Флорбол в начальной школе / В. Фролов // Спорт в школе. – М. : Изд. Дом «Первое сентября» , 2005. - № 7 (362).
9. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : рек. М-вом Рос. Федерации по физ. культуре, спорту и туризму в качестве учеб. пособия для студентов и преподавателей высш. и средних учеб. заведений физ. культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов .— 4-е изд., стер. — М. : Академия, 2006 .— 478 с.

## Для обучающихся

1. Флорбол. Правила соревнований (учебно-методическое пособие) / под ред. В.А. Костяева. – Издательский центр СГМУ г. Архангельск, 2003.

2. Флорбол// Спорт в школе. – М. : Изд. Дом «Первое сентября» , 2005. - № 10 (365).

#### **4.4. Кадровое обеспечение программы**

Программа «Флорбол» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

### **СОЗДАНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕННОСТИ УЧАЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.**

#### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

Каждый этап обучения подразумевает овладение ребёнком определённым уровнем знаний, умений, навыков, а также развитие его личностных качеств.

По окончании **первого года обучения** обучающиеся *будут знать:*

- История возникновения и развития флорбола;
- Правила игры в флорбол, техника игры, техника владения клюшкой и мячом.
- Формы сохранения и укрепления здоровья, правила пожарной безопасности и техники.
- Безопасности во время занятий, правила пожарной безопасности и техники.
- Форма организации и проведения соревнований и игр.

*будут уметь:*

- Владеть техникой и тактикой игры в флорбол.
- Выполнять правила техники безопасности на занятиях.

Таким образом, по каждому заявленному ожидаемому результату необходимо подобрать методику его выявления и способ оценки полученных данных в соответствии с критериями. При оценке я использую трёхбальную систему: Высокий уровень, Средний уровень, Низкий уровень. Диагностика проводится 2 раза в год с использованием одного и того же инструментария.

**Диагностический инструментарий. Флорбол. 8-11 лет**  
1-й год

<p><b>Программная задача №1.</b> Знать технику безопасности на занятиях по флорболу</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u></b> <b>Наблюдение на занятиях</b></p>	<p><i>Высокий уровень: учащийся знает и постоянно выполняет все правила техники безопасности. Средний уровень: учащийся знает и выполняет 70% правил техники безопасности, остальные правила выполняет при напоминании педагога. Низкий уровень: учащийся не знает и не выполняет основные правила техники безопасности.</i></p>
<p><b>№2.</b> Знать Историю возникновения и развития флорбола;</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u> Вопросы</b> 1. Расскажи краткую историю возникновения бадминтона, развития бадминтона в нашей стране 5. Какова роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек?</p>	<p><i>Высокий уровень: учащийся ответил правильно на все вопросы самостоятельно. Средний уровень: учащийся ответил правильно на 70% вопросов, возможна небольшая помощь педагога. Низкий уровень: учащийся не смог ответить на 50% вопросов.</i></p>
<p><b>№3 Знать</b> правила игры в флорбол, техника игры, техника владения клюшкой и мячом.</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u></b> 1. Расскажи терминологию технических приемов игры 2. Расскажи официальные правила флорбола 3. Какие гигиенические требования, предъявляются к инвентарю, одежде занимающихся?</p>	<p><i>Высокий уровень: учащийся ответил правильно на все вопросы самостоятельно. Средний уровень: учащийся ответил правильно на 70% вопросов, возможна небольшая помощь педагога. Низкий уровень: учащийся не смог ответить на 50% вопросов.</i></p>
<p><b>№4. Знать</b> формы сохранения и укрепления</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u> Задание: тестирование учащихся</b></p>	<p><i>Высокий уровень: учащийся ответил правильно на все вопросы самостоятельно. Средний уровень:</i></p>

<p>здоровья, правила пожарной безопасности и техники.</p>		<p><i>учащийся ответил правильно на 70% вопросов, возможна небольшая помощь педагога. Низкий уровень: учащийся не смог ответить на 50% вопросов.</i></p>
<p><b>№5.</b> Владеть техникой и тактикой игры в флорбол.</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u></b> <b>Наблюдение в процессе соревнований.</b> Правильно выполнять все тактические приёмы игры</p>	<p><i>Высокий уровень. Ребенок правильно выполняет все тактические приёмы игры и технические действия Средний уровень. Ребенок правильно выполняет все тактические приёмы игры и технические действия ; по ходу игры допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и самостоятельно не устраняет их; стремление получить хороший результат у него имеется. Низкий уровень. Ребенок выполняет тактические приёмы с ошибками, не замечает их, не исправляет; по окончании соревнований не выясняет причину проигрыша; к качеству выполненной работы равнодушен.</i></p>
<p><b>№6.</b> Выполнять нормы по общей и специальной физической подготовке.</p>	<p><b><u>Диагностическая методика</u></b> Задание: учащийся сам проводит разминку для группы</p>	<p><i>Высокий уровень. Ребенок правильно выполняет все упражнения Средний уровень. Ребенок правильно выполняет все упражнения ; по ходу игры допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и самостоятельно не устраняет их; стремление получить хороший результат у него имеется. Низкий уровень. Ребенок выполняет упражнения с ошибками, не замечает их, не исправляет; по окончании разминки не выясняет наличие ошибок; к качеству выполненной работы равнодушен.</i></p>

### Таблица результатов диагностики

Ф.И. обуч.	1		2		3		4		5		6	
	Н.г.	К.г.										

Итоговый высокий уровень учащегося: более 50% оценки «высокий уровень» по все задачам на конец учебного года. Оценка «низкий уровень» отсутствует.

Итоговый средний уровень учащегося: менее 50% оценки «высокий уровень» по всем задачам на конец учебного года. Преимущественно оценка «средний уровень». Оценка «низкий уровень» не более, чем по 5 % задач.

Итоговый низкий уровень учащегося: более 50% оценки «низкий уровень» по всем задачам на конец учебного года.

### Таблица по итогам года (на конец года)

Педагог \_\_\_\_\_

Программа \_\_\_\_\_ Уч. год \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ Всего диагностировано  
детей \_\_\_\_\_

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень