

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. УЛЬЯНОВСКА  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 2»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 15 сентября 2020 г.  
Протокол №3

Утверждаю  
Директор МБУ ДО г.Ульяновска  
«ЦДТ№2»  
 М.В. Сазонова  
Приказ №377-1 от 15 сентября 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ФЛОРБОЛ»**

**СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ**

Объединение «Флорбол»

Возраст обучающихся: 7 - 12 лет

Срок реализации: 2 года

Программа рассмотрена на  
методическом совете

Протокол № 1 от 10 сентября 2020 г.

Программа разработана:

Гришиным Иваном Дмитриевичем,

педагог дополнительного образования

**г. Ульяновск, 2020**

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	9
1.3 Содержание программы.....	11
1.4 Планируемые результаты.....	27
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	28
2.1 Календарный учебный график.....	28
2.2 Условия реализации программы.....	38
2.3 Формы аттестации.....	39
2.4 Оценочные материалы.....	40
2.5 Методические материалы.....	44
2.6 Список литературы.....	65
Приложение №1 УМК	
Приложение №2	

## **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы**

### **1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «ФЛОРБОЛ» разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся 7 – 12 лет.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196»;
5. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 №09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)");
6. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
7. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года №816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
9. Методическими рекомендациями Минпросвещения России от 20.03.2020 по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;
10. Устав МБУ ДО г. Ульяновска «ЦДТ № 2»;

## 11. Локальные нормативные акты Учреждения.

### **Актуальность программы:**

Флорбол, как и другие спортивные игры и упражнения способствует укреплению здоровья обучающихся, совершенствованию функций организма (дыхательной, сердечнососудистой, нервной систем и т.д.) способствует физическому развитию.

Среди развивающихся во время игры во флорбол психических качеств следует выделить внимание, восприятие, волевые качества.

Совместная игра способствует взаимопониманию, умению считаться с другими обучающимися. Обучающихся приучаются оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение. В играх коллективного характера дети учатся самостоятельно решать конфликты и ссоры.

### **Отличительные особенности программы:**

Обучения флорболу базируется на знаниях физики (траектория полета. Движение, скорость, ускорение, масса, динамика, кинематика, статика), знаниях биологии (морфология, физиология, спортивная медицина), информатики (комбинаторика, расчеты, графический анализ игры, прогнозирование).

### **Иновационность программы заключается в применении техник:**

- Личностный подход к каждому обучающемуся.
- В ошибках, обучающихся делается акцент на хорошее действие, и выделяют сначала положительное, а потом недостатки.
- Техника дифференцированного физкультурного образования в флорболе.

**Адресат программы:** Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 12 лет. Принимаются обучающиеся без специальных умений.

Программа направлена не только на развитие у обучающихся 7-12 лет мотивации к двигательной активности и совершенствование физических показателей, но и на развитие качеств личности, необходимых для общения в коллективе (общительности, эмоциональности, устойчивости, смелости, уверенности в себе, высокого самоконтроля, адекватной самооценки), а также на формирование позитивных норм поведения и основ коммуникативной культуры, что является очень важным в формировании личности.

### **Уровень реализуемой программы:** Стартовый.

**Объём программы:** Общее количество часов по программе составляет 360 часов в 2 года, 1 год 144 часа, 2 год 216 часов.

**Формы обучения и виды занятий:** Основной формой обучения являются очная, групповые занятия, которые могут подразделяться на следующие виды: теоретические, практические и контрольные.

**Особенности организации образовательного процесса** — в соответствии с учебными планами программы в объединениях по интересам, сформированных в группы учащихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы)

**Режим занятий:**

144 часа в год, 36 учебных недель, по 2 астрономических часа 2 раза в неделю (45 минут-занятие, 15 минут-перерыв, 45 минут-занятие, 15 минут-перерыв)

216 часа в год, 72 учебные недели, по 2 астрономических часа 3 раза в неделю (45 минут-занятие, 15 минут-перерыв, 45 минут-занятие, 15 минут-перерыв)

**Программа может реализовываться с применением дистанционных технологий.**

**Дистанционное обучение.**

Дистанционные образовательные технологии обеспечиваются применением совокупности образовательных технологий, при которых частично опосредованное или полностью опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения и распределения во времени на основе педагогически организованных технологий обучения.

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии реализуются в программе через онлайн-платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; skype – общение; e-mail; облачные сервисы; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

При реализации программы через электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются следующие организационные формы образовательного процесса:

Консультация;

Мастер-класс;

Практическое занятие;

Конкурсы;

Выставки;

Фестиваль;

Виртуальные экскурсии;

Тестирование;

Самостоятельная внеаудиторная работа;  
Проектно-исследовательская работа;  
Промежуточная аттестация;  
Итоговая аттестация.

## **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель первого года обучения** — создание условий для формирования и гармоничного развития личности, адаптированной к современным условиям спортивной жизни посредством обучения флорболу.

**Цель второго года обучения** — создание условий для формирования и гармоничного развития личности, адаптированной к современным условиям спортивной жизни посредством обучения флорболу.

### **Задачи:**

#### **Первый год обучения**

##### **Развивающие:**

1. Развитие и укрепление физического и духовного состояния обучаемого с планомерной оценкой динамики роста соответствующих показателей диагностики.
2. Развитие усердие, терпения и настойчивости в достижении результатов.
3. Формирование и развитие коллективного результата игры и зависимости его от подхода и действий каждого обучаемого в группе (команде).
4. Развивать физические качества (быстрота, ловкость, сила, выносливость)

##### **Образовательные:**

1. Формировать первоначальные представления о флорболе (знакомство с правилами, инвентарем, действиями игроков).
2. Формировать у детей двигательные умения и навыки (общие и специальные, т.е. присущие данному виду спорта).
3. Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.

##### **Воспитательные:**

1. Воспитывать интерес к занятиям спортом
2. В процессе игры воспитывать следующие качества: ответственность, чуткость, внимательное отношение к товарищу, справедливость, дисциплинированность
3. Воспитание позитивных межличностных отношений между игроками в команде (поддержка, взаимовыручка, уважение, толерантность и др.);

#### **Задачи второго года обучения.**

**Развивающие:**

1. Развитие и укрепление физического и духовного состояния обучаемого с планомерной оценкой динамики роста соответствующих показателей диагностики.
2. Формирование и развитие коллективного результата игры и зависимости его от подхода и действий каждого обучаемого в группе (команде).

**Образовательные:**

1. Формировать первоначальные представления о флорболе (знакомство с правилами, инвентарем, действиями игроков).
2. Формировать у детей двигательные умения и навыки (общие и специальные, т.е. присущие данному виду спорта).

**Воспитательные:**

1. Воспитывать интерес к занятиям спортом
2. В процессе игры воспитывать следующие качества: ответственность, чуткость, внимательное отношение к товарищу, справедливость, дисциплинированность

**1.3. Содержание программы****УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

1 года обучения, 1 модуль.

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. История возникновения и развития флорбола. Правила безопасности при занятиях флорболом. Входная и итоговая диагностика.	4	2	2	Тестирование
	Входная и итоговая диагностика.	2		2	
	История возникновения и развития Флорбола. Правила безопасности при занятиях флорболом.	2	2		
2.	Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды	40	2	38	Тесты и Упражнения.
	Техника владения клюшкой и мячом.	10	1	9	Тесты
	Техника действия с мячом и без мяча.	4		4	Тесты
	Обучение техники броска, удара.	10		10	Тесты
	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	8	1	7	Тесты
	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	4		4	Тесты

	Ведение мяча коротким и широким способом.	4		4	Тесты
3.	Тактическая подготовка – тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря и игроков.	20	7	13	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
	Тактические схемы.	6	2	4	Тесты
	Тактическая подготовка.	6	2	4	Тесты
	Правильный выбор позиций игроков	8	3	5	Тесты
	Итого:	64	11	53	

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 года обучения, 2 модуля

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Техника безопасности. Входная и итоговая диагностика.. Общая физическая подготовка (ОФП) – упражнения на все группы мышц и на развитие всех физических качеств.	22	4	18	Упражнения и сдача контрольных нормативов
	Техника безопасности. Входная и итоговая диагностика	4	4		Тесты
	Развития координации	6		6	Тесты
	Развития быстроты	6		6	Тесты
	Развития силы	6		6	Тесты
2.	Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды.	36	9	27	Тесты и Упражнения.
	Техника владения клюшкой и мячом.	12	2	10	Тесты
	Техника действия с мячом и без мяча.	2	1	1	Тесты
	Обучение техники броска, удара.	8	4	4	Тесты

	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	6	2	4	Тесты
	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	4		4	Тесты
	Ведение мяча коротким и широким способом.	4		4	Тесты
3.	Специальная физическая подготовка (СФП) – упражнения на развитие специальной выносливости, быстроты, координации движений и скоростно-силовых качеств.	22	2	20	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
	Упражнения для развития ловкости	8	1	7	Тесты
	Упражнения для развития взрывной силы	8	1	7	Тесты
	Упражнения для развития выносливости	6	1	5	Тесты
	Итого:	80	16	64	

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 года обучения, 1 модуль

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Правила безопасности при занятиях флорболом. Входная и итоговая диагностика. Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	4	2	2	Упражнения и сдача контрольных нормативов
2.	Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды.	60	20	40	Тесты и Упражнения.
	Обучение ведения мяча без зрительного контроля	6	2	4	Тесты
	Открывание для приема мяча.	8	3	5	Тесты
	Техника действия с мячом и без мяча	10	4	6	Тесты
	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	16	5	12	Тесты
	Обманные движения (финты) ложный удар, игра на паузе	5	2	3	Тесты
	Ведение мяча коротким и широким способом.	14	4	10	Тесты

<b>3.</b>	Тактическая подготовка – тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря и гроков.	42	17	25	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
	Тактические схемы.	4	2	2	Тесты
	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций.	10	3	7	Тесты
	Тактика передвижений.	10	4	6	Тесты
	Розыгрыш стандартных положений.	8	3	5	Тесты
	Тактическая подготовка.	10	5	5	Тесты
	<b>Итого:</b>	<b>102</b>	<b>16</b>	<b>64</b>	

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 года обучения, 2 модуль

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Правила безопасности при занятиях флорболом. Входная и итоговая диагностика. Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	4	2	2	Упражнения и сдача контрольных нормативов
2.	Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды.	54	15	39	Тесты и Упражнения.
	Обучение техники броска.	16	4	12	Тесты
	Обучение техники удара.	16	4	12	Тесты
	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	6	2	4	Тесты
	Остановка мяча ногой, грудью, бедром	2	1	1	Тесты
	Техника владения клюшкой и мячом.	14	4	10	Тесты
3.	Тактическая подготовка – тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря и гроков.	52	23	31	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
	Правильный выбор позиций игроков	10	4	6	Тесты
	Тактика передвижений.	8	4	4	Тесты
	Тактические схемы.	16	6	10	Тесты
	Тактика игры в меньшинстве	8	3	5	Тесты

	(большинстве)				
	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	10	5	5	Тесты
	Итого:	114	40	74	

### Содержание учебного плана на 1 год обучения.

#### Раздел I. Введение. История возникновения и развития флорбола.

##### Правила безопасности при занятиях флорболом (2 часа).

**Теория:** Ознакомление с целью, задачами, режим работы объединения, с планом работы на год. Техника безопасности и правила поведения на занятиях. История возникновения флорбола. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним.

**Практика:** Наглядная демонстрация оборудования и инвентаря, тренинг на общении. Знакомство с группой. Организационные вопросы. Просмотр фото и видеоматериалов по флорболу. Входная диагностика.

**Контроль:** Тесты.

#### Раздел II. ОФП упражнения на все группы мышц и на развитие всех физических качеств (16 часов).

**Теория:** Общая физическая подготовка юных хоккеистов строится с использованием закономерностей переноса тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные, соревновательные. В качестве средств широко используются самые разнообразные упражнения из других видов спорта, подвижные и спортивные игры. Наибольший удельный вес общая физическая подготовка занимает на начальных этапах процесса многолетней подготовки юных хоккеистов. С возрастом и повышением мастерства доля общей физической подготовки уменьшается, а специальной – увеличивается.

**Практика:** Упражнения для развития координации (Кувырки вперед и назад, перевороты в стороны, стойка на лопатках, руках, в виси).

Упражнения для развития быстроты (Старты и бег на отрезках от 15 до 100 метров; пробегание отрезков 30-60 метров схода, с максимальной скоростью и частотой шагов на время).

Упражнения для развития силы (Упражнения с отягощениями за счет собственного веса и веса тела партнера. Приседания на одной и двух ногах).

**Контроль:** Нормативы по ОФП.

### **Раздел III. СФП упражнения на развитие специальной выносливости, быстроты, координации движений и скоростно-силовых качеств (16 часов).**

**Теория:** СФП для флорбола направлена на развитие специальных физических качеств: силовых, скоростных, выносливости, ловкости, гибкости.

**Практика:** Упражнения для развития взрывной силы (Бег в гору на короткие отрезки от 10 до 30 метров, бег по воде, Толчки сопротивляющегося партнера плечом, грудью). Упражнения для развития быстроты (Пробегание коротких отрезков от 15 до 40 метров из различных направлений. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Броски, удары на точность в борт на время). Упражнения для развития выносливости (Переменный бег, кроссы, интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью (работа 7-10 сек., с интервалами отдыха 15-30 сек.)). Упражнения для развития ловкости (Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления). Упражнения для развития гибкости (Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями. Шпагат, полушпагат).

**Контроль:** Нормативы по СФП

### **Раздел IV. Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды. ( 62 часа).**

**Теория:** Техника обращения с клюшкой, техника обращения с клюшкой и мячом, техника пасов, ударов, заматающих ударов, пасов верхом.

**Практика:** Упражнения с фишками (восьмерка, змейка, дриблинг, широкий дриблинг). Пасы, (пасы верхом, пасы 2 против 1, квадрат, пасы с неудобной стороны клюшки). Удары (заматающие удары, щелчки, удары с паса, броски, броски с паса, броски и удары в движении).

**Контроль:** Тесты по технической подготовке.

### **Раздел V. Тактическая подготовка – тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря и игроков. ( 48 часов).**

**Теория:** Тактика. Тактические схемы. Тактические передвижения по площадке. Тактика меньшинства и большинства.

**Практика:** Тактические передвижения по площадке (в меньшинстве и большинстве). Упражнения 2 в 1, 3 в 2, 4 в 3, 5 в 4, 5 в 5. Изучение тактических схем (Выход из зоны и переход в атаку, через центр, через борта.). Положение игроков в контратаке.

**Контроль:** Упражнения на тактику, на перемещение игроков. Участие в

соревнованиях.

## **Содержание учебного плана на 2 год обучения.**

### **Раздел I. Правила безопасности при занятиях флорболом (4 часа).**

**Теория:** Ознакомление с целью, задачами, режим работы объединения, с планом работы на год. Техника безопасности и правила поведения на занятиях. История возникновения флорбола. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним.

**Практика:** Наглядная демонстрация оборудования и инвентаря, тренинг на общение. Знакомство с группой. Организационные вопросы. Просмотр фото и видеоматериалов по флорболу. Входная диагностика.

**Контроль:** Тесты.

### **Раздел II. Техническая подготовка – виды передвижений игрока команды. (106 часа).**

**Теория:** Техника обращения с клюшкой, техника обращения с клюшкой и мячом, техника пасов, ударов, заматающих ударов, пасов верхом.

**Практика:** Упражнения с фишками (восьмерка, змейка, дриблинг, широкий дриблинг). Пасы, (пасы верхом, пасы 2 против 1, квадрат, пасы с неудобной стороны клюшки). Удары (заматающие удары, щелчки, удары с паса, броски, броски с паса, броски и удары в движении).

**Контроль:** Тесты по технической подготовке.

### **Раздел III. Тактическая подготовка – тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря и игроков. (106 часов).**

**Теория:** Тактика. Тактические схемы. Тактические передвижения по площадке.

**Практика:** Тактические передвижения по площадке (в меньшинстве и большинстве). Упражнения 2 в 1, 3 в 2, 4 в 3, 5 в 4, 5 в 5.

**Контроль:** Упражнения на тактику, на перемещение игроков. Участие в соревнованиях.

## **1.4 Планируемые результаты**

**Первого года обучения:**

**Предметные результаты:**

1-формирование знаний о флорболе и его роли в укреплении здоровья.

2- умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку.

**Метапредметные результаты:**

1-определение наиболее эффективные способы достижения результата.

2-умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.

**Личностные результаты:**

1-положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями.

2-дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

**Второго года обучения:**

**Предметные результаты:**

1-формирование знаний о флорболе и его роли в укреплении здоровья.

2- умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку.

**Метапредметные результаты:**

1-определение наиболее эффективные способы достижения результата.

2-умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.

**Личностные результаты:**

1-положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями.

2-дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график 1 года обучения, 1 модуль

№ п/п	Месяц	Чи сло	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведени я	Форма контрол я
1				Группова я тренировк а	2	Введение. Техника безопасности на занятиях флорболом. Входная диагностика.	Спортивно й зал	
2				Группова я тренировк а	2	Тактические схемы.	Спортивно й зал	
3				Группова я тренировк а	2	Тактические схемы.	Спортивно й зал	
4				Группова я тренировк а	2	Тактические схемы	Спортивно й зал	
5				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивно й зал	
6				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивно й зал	
7				Группова я тренировк а	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивно й зал	
8				Группова я тренировк а	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивно й зал	
9				Группова я тренировк а	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивно й зал	
10				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивно й зал	
11				Группова	2	Ведение мяча	Спортивно	

				я тренировка		коротким и широким способом.	й зал	
12				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
13				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
14				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
15				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
16				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
17				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
18				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
19				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
20				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
21				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
22				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
23				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
24				Групповая	2	Удары по	Спортивный	

				я тренировк а		воротам в движении, с места, с паса.	й зал	
25				Группова я тренировк а	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивные й зал	
26				Группова я тренировк а	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивные й зал	
27				Группова я тренировк а	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивные й зал	
28				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивные й зал	
29				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивные й зал	
30				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивные й зал	
31				Группова я тренировк а	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивные й зал	
32				Группова я тренировк а	2	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	Спортивные й зал	

**Календарный учебный график 1 года обучения, 2 модуль.**

№ п/п	Месяц	Чи сло	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведе ния	Форма контроля
1				Группов ая трениров ка	2	Техника безопасности на занятиях флорболом. Входная диагностика.	Спортив ный зал	
2				Группов ая трениров	2	Упражнения для развития ловкости	Спортив ный зал	

				ка				
3				Групповая тренировка	2	Развития быстроты	Спортивный зал	
4				Групповая тренировка	2	Развития координации	Спортивный зал	
5				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
6				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
7				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивный зал	
8				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
9				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
10				Групповая тренировка	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивный зал	
11				Групповая тренировка	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивный зал	
12				Групповая тренировка	2	Развития силы	Спортивный зал	
13				Групповая тренировка	2	Развития быстроты	Спортивный зал	
14				Групповая тренировка	2	Развития координации	Спортивный зал	
15				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития взрывной	Спортивный зал	

				ка		силы		
16				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
17				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
18				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
19				Групповая тренировка	2	Развития координации	Спортивный зал	
20				Групповая тренировка	2	Развития быстроты	Спортивный зал	
21				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
22				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска, удара.	Спортивный зал	
23				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития взрывной силы	Спортивный зал	
24				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
25				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
26				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
27				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития ловкости	Спортивный зал	
28				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития взрывной	Спортивный зал	

				ка		силы	
29				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал
30				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития ловкости	Спортивный зал
31				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал
32				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал
33				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал
34				Групповая тренировка	2	Развития силы	Спортивный зал
35				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития выносливости	Спортивный зал
36				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития взрывной силы	Спортивный зал
37				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития выносливости	Спортивный зал
38				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития выносливости	Спортивный зал
39				Групповая тренировка	2	Упражнения для развития ловкости	Спортивный зал
40				Групповая тренировка	2	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	Спортивный зал

**Календарный учебный график 2 года обучения, 1 модуль.**

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Чи сло</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
1				Групповая тренировка	2	Введение. Техника безопасности на занятиях флорболом. Входная диагностика.	Спортивный зал	
2				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
3				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
4				Групповая тренировка	2	Обучение ведения мяча без зрительного контроля	Спортивный зал	
5				Групповая тренировка	2	Обучение ведения мяча без зрительного контроля	Спортивный зал	
6				Групповая тренировка	2	Обучение ведения мяча без зрительного контроля	Спортивный зал	
7				Групповая тренировка	2	Открытие для приема мяча.	Спортивный зал	
8				Групповая тренировка	2	Открытие для приема мяча.	Спортивный зал	
9				Групповая тренировка	2	Открытие для приема мяча.	Спортивный зал	
10				Групповая тренировка	2	Открытие для приема мяча.	Спортивный зал	
11				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивный зал	

12				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивный зал	
13				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивный зал	
14				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча	Спортивный зал	
15				Групповая тренировка	2	Техника действия с мячом и без мяча.	Спортивный зал	
16				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
17				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
18				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
19				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
20				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
21				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
22				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча,	Спортивный зал	

				тренировка		ведение мяча на скорость.		
23				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
24				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
25				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
26				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
27				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
28				Групповая тренировка	2	Техника ведения мяча, ведение мяча на скорость.	Спортивный зал	
29				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
30				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
31				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
32				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
33				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
34				Групповая тренировка		Обманные движения (финты) ложный удар, игра на паузе	Спортивный зал	
35				Групповая	2	Обманные	Спортивный	

				я тренировк а		движения (финты) ложный удар, игра на паузе	ый зал	
36				Группова я тренировк а	2	Розыгрыш стандартных положений.	Спортивн ый зал	
37				Группова я тренировк а	2	Розыгрыш стандартных положений.	Спортивн ый зал	
38				Группова я тренировк а	2	Розыгрыш стандартных положений.	Спортивн ый зал	
39				Группова я тренировк а	2	Розыгрыш стандартных положений.	Спортивн ый зал	
40				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
41				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
42				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
43				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал Спортивн ый зал	
44				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
45				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
46				Группова я тренировк а	2	Ведение мяча коротким и широким способом.	Спортивн ый зал	
47				Группова я тренировк а	2	Тактическая подготовка.	Спортивн ый зал	

48				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
49				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
50				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	
51				Групповая тренировка	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал	

**Календарный учебный график 2 года обучения, 2 модуль.**

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Групповая тренировка	2	Введение. Техника безопасности на занятиях флорболом. Входная диагностика.	Спортивный зал	
2				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
3				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
4				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
5				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
6				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	

7				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
8				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
9				Групповая тренировка	2	Обучение техники броска.	Спортивный зал	
10				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
11				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
12				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
13				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
14				Групповая тренировка	2	Правильный выбор позиций игроков	Спортивный зал	
15				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
16				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
17				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
18				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
19				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	

20				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
21				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
22				Групповая тренировка	2	Обучение техники удара.	Спортивный зал	
23				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
24				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
25				Групповая тренировка	2	Удары по воротам в движении, с места, с паса.	Спортивный зал	
26				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
27				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
28				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
29				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
30				Групповая тренировка	2	Остановка мяча ногой, грудью, бедром	Спортивный зал	
31				Групповая тренировка	2	Тактика игры в меньшинстве (большинстве)	Спортивный зал	
32				Групповая тренировка	2	Тактика игры в меньшинстве (большинстве)	Спортивный зал	

33				Групповая тренировка	2	Тактика игры в меньшинстве (большинстве)	Спортивный зал	
34				Групповая тренировка		Тактика игры в меньшинстве (большинстве)	Спортивный зал	
35				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
36				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
37				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
38				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
39				Групповая тренировка	2	Тактика передвижений.	Спортивный зал	
40				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
41				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
42				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
43				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал Спортивный зал	
44				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
45				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	

46				Групповая тренировка	2	Техника владения клюшкой и мячом.	Спортивный зал	
47				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
48				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
49				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
50				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций	Спортивный зал	
51				Групповая тренировка	2	Взаимодействие игроков защиты и вратаря, правильный выбор позиций Тактические схемы.	Спортивный зал	
52				Групповая тренировка		Тактические схемы.	Спортивный зал	
53				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
54				Групповая тренировка Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	

55				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
56				Групповая тренировка	2	Тактические схемы.	Спортивный зал	
57				Групповая тренировка	2	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.		

## 2.2 Условия реализации программы

### 1. Материально-технические:

- оборудованный спортивный зал (на базе МБОУ СОШ №35 и МБОУ СОШ №37).
- ворота 2 шт.
- мячи 20 шт.
- клюшки 20 шт.
- спортивная форма.
- мячи: футбольный 2 шт.  
Баскетбольный 1 шт.

- ворота флорбольные 2 шт.

### 2. Учебно-методические:

- правила игры по флорболу.
- схемы проведения игр.

### 3. Кадровое обеспечение:

- Занятия проводит педагог дополнительного образования Гришин Иван Дмитриевич. Действующий спортсмен, занимается флорболом больше 15 лет. Неоднократный призер всероссийских турниров по флорболу, чемпионатов России и первенств России.

### **При реализации программы в дистанционной форме:**

При дистанционном обучении каждому обучающемуся должна обеспечиваться возможность доступа к средствам ДОТ, в т.ч. к образовательной онлайн-платформе, в качестве основного информационного ресурса, а также осуществляться учебно-методическая помощь обучающимся через консультации преподавателя как при непосредственном взаимодействии педагога с обучающимися, так и опосредовано.

### **Информационное обеспечение при дистанционном обучении:**

- 1) Наличие дополнительной общеразвивающей программы
- 2) План – конспекты занятий
- 3) Видеоматериалы

По программе можно использовать следующие платформы: Webinar, Zoom, Youtube, Skype, группа объединения в социальной сети «В Контакте», чаты в Viber/WatsUp.

Цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, видеоуроки, презентации; e-mail, облачные сервисы, электронные носители мультимедийных приложений; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

### **2.3 Формы аттестации.**

Отслеживание результативности: В процессе обучения по данной программе отслеживание результатов происходит через аттестацию обучающихся. Входная диагностика (проводится в самом начале первого года обучения с целью установления начальных знаний и умений детей). Промежуточная диагностика (проводится в конце первого полугодия учебного года с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков и корректировки обучения). Итоговая диагностика (проводится в конце всей программы обучения с целью определения уровня знаний, умений, навыков по освоению программы за весь курс обучения) Выявления достигнутых результатов осуществляется:

1. Через механизм тестирования сдачу контрольных нормативов
2. По результатам участия в соревнованиях (Приложение Положения1)

Формы подведения итогов: контрольные и товарищеские игры, соревнования и первенства района и города, спортивные турниры, контрольные тесты и нормативы (мониторинг двигательной подготовленности). На протяжении всех годов обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической, спортивно-технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности обучающихся. Контроль за уровнем физической подготовленности осуществляется в процессе проведения педагогического тестирования, которое предусматривает оценку стартовой и дистанционной скорости, прыгучести и выносливости. Основными критериями оценки занимающихся является регулярность посещения занятий, выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовленности (при их проведении), освоение объемов тренировочных нагрузок в соответствии с программными требованиями, освоение теоретического раздела программы, отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

## 2.4 Оценочные материалы.

### Оценочные материалы к разделу «История возникновения и развития флорбола. Правила безопасности при занятиях флорболом»

Оцениваются глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Оценка «2» выставляется за непонимание и незнание материала программы.

### Оценочные материалы к разделу «СФП».

ПРИМЕРНЫЕ НОРМАТИВЫ. ОЦЕНКА.	Мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
<u>Челночный бег</u> 4×9 м, сек	12,0	12,8	13,2	12,4	12,8	13,2
<u>Челночный бег</u> с клюшкой 3×10 м, сек	9,1	10,0	10,4	9,7	10,7	11,2
Бег 60 м, с	5,4	7,0	7,1	5,6	7,2	7,3
Бег 2.000 метров	без учета времени					
15 ударов на точность	15	10	5	12	8	4
Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	70	60	50	80	70	60
Приседания (кол-во раз/мин)	40	38	36	38	36	34
<u>Многоскоки – 8 прыжков м.</u>	12	10	8	12	10	8

**Оценочные материалы к разделу «Тактическая подготовка».**

№ норм.	Наименование норматива	Оценки по времени		
		отлично	хорошо	удовл.
1	Выход из зоны	10 с.	15 с.	20 с.
2	Количество потерь(ошибок)	2-4	5-9	10-15
3	Сделанные комбинации в играх	5-8	3-4	1
4	Правильные комбинации при розыгрыше стандартных положений	5-7	3-4.	1-2
5	Правильное положение игроков в меньшинстве (большинстве)	Все располагаются правильно	1 игрок расположен не правильно	3 игрока расположены не правильно
6	Правильные тактически действия при защите.	Без ошибок	1-2 ошибки	3-5 ошибок

## 2.5 Методические материалы

### 1. Теоретические занятия:

-рассказ, беседа, диалог, дискуссия, объяснение нового технического или тактического элемента.

### 2. Практические занятия:

Основное место на занятиях отводится практическим работам, которые включают выполнение технических (бросок, удар, пас, прием и т.д.) и тактических (передвижение по площадке) элементов игры.

3. Контрольные занятия. Входящий контроль осуществляется при приеме обучающихся в объединении с целью оценки стартового уровня знаний, умений, навыков. В ходе реализации программы используются различные формы организации работы с обучающимися: индивидуальная, подгрупповая и групповая.

**Классификация техники игры.** Анализ отечественной и зарубежной научно-методической литературы по спортивным играм, педагогические наблюдения за соревновательной и тренировочной деятельностью во флорболе, собственный опыт выступления на соревнованиях международного уровня и обучения спортсменов позволили разработать классификацию техники игры полевого игрока во флорболе (арсенал техники игрока полевого игрока) с учетом последних тенденций развития игры (табл. 1).

**Таблица 1.** Классификация элементов техники игры полевого игрока во флорболе

№	Элементы техники владения клюшкой и мячом	Способы
1	Дриблинг	1. "Хоккейный". 2. "Флорбольный" (пятка-носок). 3. "Финский"
2	Ведение	1. Ведение мяча дриблингом. 2. Ведение мяча без его отрыва от пера клюшки. 3. Ведение мяча, прикрывая мяч корпусом. 4. Ведение мяча толчками (ударами). 5. Ведение мяча способом "клюшка-нога-клюшка". 6. Ведение мяча, прижимая его к борту. 7. Ведение мяча способом "Air tricks"
3	Передача	1. Броском. 2. Ударом. 3. "Откидкой". 4. "Оставлением". 5. "С разворота". 6. "Из-за спины". 7. "Через борт". 8. Ударом "в одно касание". 9. Броском "в одно касание". 10. "Скрытой передачей"
4	Прием и остановка	1. Остановка мяча пером клюшки в "захват". 2.

		Остановка мяча подошвой ноги. 3. Прием мяча пером клюшки в "захват". 4. Прием мяча корпусом. 5. Прием мяча "подставкой клюшки". 6. Прием лётного мяча на перо "в захват". 7. Прием лётного мяча "накрыванием". 8. Приём летного мяча "подставкой клюшки"
5	Бросок	1. "Заметающий" бросок: 1.1. "Прямой", 1.2. "Обратная дуга", 1.3. "По дуге", 1.4. "Вертикальная дуга", 1.5. "С разворота", 1.6. "С нажимом", 1.7. "Носком пера клюшки двумя руками", 1.8. "Носком пера клюшки одной рукой". 2. Кистевой бросок: 2.1. "Прямой", 2.2. "По дуге", 2.3. "Вертикальная дуга", 2.4. Кистевая подкидка, 2.5. Кистевая подкидка "закрытой стороной", 2.6. "Из-под ноги", 2.7. "Между ногами обратным хватом", 2.8. "Одной рукой из -за спины", 2.9. "Двумя руками из-за спины", 2.10. "Одной рукой за спину с хватом клюшки нижней рукой", 2.11. "Носком пера двумя руками", 2.12. "Одной рукой спиной к воротам", 2.13. "Заведение" мяча, 2.14. "Обводящий носком пера клюшки", 2.15. "Обводящий", 2.16. "Одной рукой". 3. Бросок мяча лежащего на пере: 3.1. "Обводящий", 3.2. "Обводящий спиной к воротам", 3.3. "Занос", 3.4. "Заброс". 4. Бросок мяча способом "Air tricks": 4.1. "Airthrower", 4.2. "Обратный Airthrower", 4.3. "Верхний из-за спины", 4.4. "Занос", 4.5. "Заброс"
6	Удар	1. Удар способом "щелчок": 1.1. Удар -"щелчок", 1.2. Удар-"короткий щелчок", 1.3. Удар-"щелчок" с вертикальной дуги, 1.4. Удар -"щелчок" с разворота. 2. "Заметающий" удар: 2.1. "Прямой", 2.2. "Скользящий", 2.3. "Вертикальная дуга", 2.4. "Скользящий укороченный", 2.5. "Обводящий". 3. Прямой удар: 3.1. Прямой, 3.2. Удар носком пера клюшки, 3.3. "Между ногами". 4. Удар способом "подсечка": 4.1. "Подсечка", 4.2. "Кистевая подсечка". 5. Удар способом "нажим": 5.1. Удар "нажимом", 5.2. "Между ногами", 5.3. "По дуге". 6. Удар по летящему или прыгающему мячу: 6.1 . Удар-"щелчок с лёта", 6.2. "Верхний широким хватом", 6.3. "Верхний узким хватом", 6.4. "С паса себе", 6.5. "Liftsnap shot", 6.6. "Верхний с высокого отскока", 6.7. "Верхний с низкого отскока", 6.8. "Верхний с ударом в пол". 7. Другие способы поражения ворот: 7.1. Подставка, 7.2. Подправление, 7.3. Удар-добивание, 7.4. Кистевая подбивка
7.	Обводка и обыгрывание	1. Обеганием соперника. 2. С передачей мяча через борт. 3. Откидкой. 4. Пробросом. 5. Подставкой. 6. Силовой обводкой. 7. Дриблингом. 8. Проносом мяча на пере. 9.

		При помощи обманных движений (финтов): 9.1. "Маятника", 9.2. "Обратного маятника", 9.3. "Ложной передачи", 9.4. "Ложного замаха", 9.5. "Ложного удара или броска", 9.6. "Змейки", 9.7. "Остановки - старта в обратном направлении", 9.8. "Остановки - старта в том же направлении", 9.9. "Рваного бега с изменением скорости", 9.10. "Финта клюшкой", 9.11. "Ложной передачи назад", 9.12. "Воздушного финта - Air tricks", 9.13. "Улитки", 10.14. "Изменения направления движения", 10.15. Движения "Клюшка-нога-клюшка", 9.16. "Финта ногами и туловищем", 9.17. "Проброса под клюшкой или за игроком", 9.18. "Ложной потери мяча", 9.19. "Разворота", 9.20. "Игры на паузе", 9.21. "Пропуска мяча между ногами", 9.22. "Финта с прокидкой мяча"
8	Отбор	1. Выбивание. 2. Продавливание. 3. Вытаскивание. 4. Вынужденная потеря мяча. 5. Ногой или закрыв мяч корпусом
9	Перехват	1. Клюшкой. 2. Ногой. 3. Корпусом. 4. Прием мяча на себя при ударах и бросках
10	Розыгрыш спорного мяча	1. Выигрыш носком пера клюшки на себя. 2. Выигрыш вперед. 3. Выбивание. 4. Продавливание. 5. Выигрыш перестановкой пера клюшки за мяч. 6. "Забирание". 7. Силовой выигрыш. 8. "С использованием ложного движения". 9. "С наклоном клюшки"

В классификации систематизированы и подробно представлены все известные на сегодняшний день элементы техники игры полевого игрока во флорболе. В ней раскрыты элементы техники владения клюшкой и мячом, которые условно могут быть разделены на элементы техники нападения (передача, прием и остановка, ведение, дриблинг, бросок, удар, обводка и обыгрывание) и элементы техники защиты - противодействию владению мячом (отбор, розыгрыш спорного мяча, перехват).

Представленная классификация техники игры полевого игрока позволяет привести в определенную систему все многообразие технических приемов во флорболе. Это, по нашему мнению, дает возможность объективной оценки соревновательной деятельности, определения последовательности изучения элементов техники, а также нахождения наиболее рациональных путей к их анализу, в частности биомеханическому, который, в свою очередь, позволит существенно интенсифицировать процесс обучения и совершенствования техники игры.

## **Техника игры**

### ***Техника передвижения***

Закрепление стойки флорболиста и перемещений в ней. Бег с ускорениями, прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений (лицом, спиной и боком в направлении движения). Кувырки с последующим быстрым вставанием.

### **Техника владения клюшкой и мячом**

#### ***Техника нападения***

Закрепление ранее изученных способов ведения мяча. Ведение лицом и спиной вперед, по прямой, по виражу, по восьмерке. Ведение с остановками и ускорениями. Закрепление техники броска мяча. Выполнение бросков мяча во всех вариантах: с места, после ведения, с «удобной» и с «неудобной» стороны. Закрепление выполнения подкидки. Выполнение «заметающего» броска с длинным разгоном мяча. Техника выполнения удара-броска. Обманные движения (финты) – туловищем, клюшкой с выпадом влево и вправо, с шагом в сторону.

#### ***Техника защиты***

Закрепление ранее изученных способов отбора мяча. Отбор мяча с «удобной» и «неудобной» стороны.

#### ***Техника игры вратаря***

Закрепление техники принятия основной стойки и перемещений в ней. Ловля и отбивание мяча, отскочившего от отражающей стенки в различных направлениях. Ловля и отбивание теннисных мячей, направляемых ракеткой из различных точек. Закрепление передвижения в воротах в основной стойке. Ловля мяча рукой, отбивание ногами, туловищем, руками, головой. Обучение выбиванию мяча ногой в падении. Выход навстречу игроку, бросающему мяч.

### **Тактика игры**

#### ***Тактика игры в нападении***

Индивидуальные действия. Закрепление ранее изученных индивидуальных тактических действий. Выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров, соперников. Выполнение тактических заданий на игру. Умение выполнять тактические действия на определенных участках поля и сочетать индивидуальную игру с коллективными действиями.

Групповые действия. Передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест. Взаимодействие в парах: «стенка», «скрещивание», «оставление мяча», «пропуск мяча». Игра в атаке 2x1, 2x2, 3x1, 3x2. Умение выполнять групповые взаимодействия на определенном участке поля. Передачи мяча в «квадратах» с различным

сочетанием игроков: 3х2, 4х3, 3х1, 3х3, 5х3, 5х4 с введением дополнительных заданий. Игра с одним водящим в кругу с ограничением количества касаний мяча. Изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде.

***Тактика игры в защите.***

Индивидуальные действия. Закрепление ранее изученных индивидуальных тактических действий.

Групповые действия. Подстраховка партнера, переключение. Взаимодействие двух игроков против двух и трех нападающих. Изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде.

***Тактика игры вратаря***

Закрепление правильного и своевременного выбора места в воротах при атаке противника.

Закрепление правильного выбора способа отражения мяча при разных вариантах атаки.

Обучение ориентированию в штрафной площади и взаимодействию с защитниками.

Закрепление игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

## **2.6 Список литературы.**

### **Для педагогов**

1. Олин В.Н. Воронцова Т.Ф. Флорбол. Правила соревнований: Учебное пособие. Северодвинск, 2000, с.59 «ВОЛШЕБНАЯ КЛЮШКА» Стр. 12
2. Козловский В.И. Методические рекомендации по планированию и организации учебно-тренировочного процесса в командах мастеров. – М.: МОГИФК, Козловский В.И. – Самара-2002г.
3. Бриль М., Дербин С., Долгушин В., Ерфилов В. Хоккей. Отбор юных хоккеистов / Методические рекомендации. – ГЦОЛФК, - Москва 2003г.
4. В.П.Климин, В.И. Колосков. Управление подготовкой хоккеистов. – М.: «Физкультура спорта», В.П.Климин, В.И. Колосков. - Ростов-на-Дону-2006г – 271 стр.
5. Хорет Вайн. М. Хоккей на траве: техника и тактика. – М.: «Физкультура и спорт», Хорет Вайн - Архангельск. 2008г. 104 стр.

### **Для обучающихся и родителей:**

1. Адашквичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М 2001. С.159
2. Викулов А.Д. Развитие физических способностей детей. Ярославль. 2005, с.176
3. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду, под ред., З.А. Михайловой. СПб, 2000
4. Концепция дошкольного воспитания (От 16 июня 1989г)
5. Осокина Г.И.. Игры и развлечения детей на воздухе. М. 2003, с.224
6. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. М, 2006, с.128
7. Разумов А.Б. Советы врача спортсмену. – Издательство «Медицина», Разумов А.Б. – Москва 2002г.- 80 стр.