

**МУ ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ФУРМАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА**

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА

К УТВЕРЖДЕНИЮ

Протокол Методического совета

№ 1 от 27.08.2023г.

Председатель МС

А.П. Логинова

УТВЕРЖДАЮ

Директор внешкольного учреждения

Приказ № 352 от 29.08.2023г.

Л.Н. Гошадзе

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«Флорбол»**

(базовый уровень)

Направленность: физкультурно-спортивная

Профиль: единоборства

Срок реализации: 6 лет

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Автор-составитель  
Соловьев Кирилл Евгеньевич,  
педагог дополнительного образования

**Фурманов-2023г.**

## **I. Комплекс основных характеристик программы**

### **1. Пояснительная записка**

#### *1.1. Нормативная основа проектирования программы*

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

3. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 г. № 52831) с изменениями и дополнениями (Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. №533).

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта “Педагог дополнительного образования детей и взрослых”».

5. Письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий» (Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 г. № ВБ-976/04).

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

2. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Флорбол», педагог Соловьев К.Е.

8. Приказ Минпросвещения России №533 от 30.09.2020 г. О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196.

9. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденный протоколом президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3 сентября 2018 г. №10.

10. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детей Центр детского творчества города Фурманова.

11. Положение о дополнительной общеразвивающей программе в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманова.

12. Правила приема на обучение по дополнительным образовательным программам в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманов.

13. Положение о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МАУ ДО ЦДТ

14. Образовательная программа Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Центр детского творчества города Фурманова.

### *1.2. Актуальность программы*

Флорбол – командный вид спорта, который повышает интерес учащихся к урокам физического воспитания. Рост интереса к данному виду спорта объясняется доступностью и зрелищностью этого вида спорта: несложная экипировка игрока (футболка с игровым номером, шорты, спортивная обувь), относительно недорогой спортивный инвентарь, изготовленный из пластмассовых материалов, что делает его легким и уменьшает риск травматизма, простые пра-

вила игры и возможность тренироваться на любой ровной поверхности, а также характер игры, привлекающий внимание высоким темпом, постоянно меняющимся направлением атак, практически бесконтактным отбором мяча и большим количеством голов.

Занятия флорболом одновременно с освоением технических приемов, способствует развитию таких двигательных способностей как: координация, гибкость, скоростные и скоростно-силовые способности и тем самым позволяют с успехом решать оздоровительную задачу программы.

Флорбол – эффективное средство реализации идей воспитания гармонически развитой личности ребенка в соответствии с запросами современного общества, занятие детей целенаправленной деятельностью, прививающей навыки здорового образа жизни.

В процессе обучения и тренировки используется комплексный подход в освоении обучающимися технических и тактических приемов игры в флорбол, а значит разностороннее развитие физических качеств, необходимых не только в спорте, но и в повседневной жизни.

*Новизна программы* заключается в том, что в ней чётко прописаны требования к обучающимся по каждому году обучения от момента начала занятий до окончания и представляет целостный курс обучения флорболу в системе дополнительного образования. Программа способствует повышению эффективности воспитательной деятельности в системе образования, физической культуры и спорта, способствует совершенствованию и эффективной реализации воспитательного компонента федеральных государственных образовательных стандартов, развивает формы включения детей в физкультурно-спортивную, игровую деятельность.

*Отличительные особенности программы* заключаются в том, что подобных программ нет в Фурмановском муниципальном районе. В программе представлены наиболее эффективные, интересные упражнения, позволяющие от индивидуальных возможностей обучающихся быстрее освоить технические и так-

тические приемы игры в флорбол. Также, данная программа может быть полезной для спортсменов, занимающихся хоккеем, так как игра во флорбол позволяет поддерживать в форме и развивать скоростные, тактические и технические навыки хоккеистов в течение всего календарного года.

Программа содержит цель, задачи, материал подготовки по разделам подготовки (физической, технической, тактической, теоретической), средства и формы подготовки, систему контрольных упражнений и нормативов и систему восстановительных мероприятий и медико-педагогического контроля.

### *1.3 Направленность программы*

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Флорбол» относится к программам физкультурно-спортивной направленности (Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196, п.9).

### *1.4. Адресат программы*

Данная программа рассчитана на детей и подростков 7-14 лет, мотивированных на занятия игровыми видами спорта.

Личностные характеристики: допускаются дети с любым набором личностных качеств.

Потенциальные роли в программе: активные участники образовательного процесса, задающие направление спортивной деятельности объединения.

В результате обучения по данной программе, выпускником объединения является личность:

1. Имеющая глубокие знания, умения, навыки по официальному игровому виду спорта - флорболу, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.

2. Характеризующаяся развитыми общими и специальными способностями.

3. Ориентированная на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.

4. Стремящаяся к спортивной самореализации.

5. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Флорбол», педагог Соловьев К.Е.

5. Имеющая потребность в постоянном самосовершенствовании.

6. С развитыми коммуникативными способностями.

*1.5. Форма обучения и формы организации образовательного процесса*

Форма обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Флорбол» очная, с применением дистанционных технологий.

Формы организации образовательного процесса – индивидуальные, групповые, парные.

*1.6. Объем программы*

Программа предусматривает 144 учебных часа для учебных групп 1-го года обучения, 216 учебных часов для учебных групп 2-6 годов обучения.

Наполняемость групп:

1 год обучения – 10-15 человек;

2-6 года обучения – 10-12 человек.

Набор в объединение осуществляется массово, учитывается желание ребенка. Обязательным условием при наборе детей в группы является наличие медицинского заключения и допуск врача-педиатра.

Формирование групп происходит в сентябре с учетом возрастных особенностей и природных данных.

*1.7.Срок реализации программы*

Программа рассчитана на 6 лет:

1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год
7-8 лет	8-9 лет	9-10 лет	10-11 лет	11-12 лет	12-14 лет

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Непосредственными условиями достижения успешных результатов обучения по данной программе является многолетняя целенаправленная подготовка обучающихся, привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка и выполнение нормативов общей физической подготовки.

Основой подготовки занимающихся в объединении является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры. В связи с этим для групп первого года обучения программой предусмотрены занятия, направленные на укрепление здоровья и содействие правильному разностороннему физическому развитию, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие гибкости, быстроты, ловкости.

В группах второго-шестого годов обучения занятия направлены на обучение и совершенствование техники и действий в нападении и защите, привитие интереса к соревнованиям, подготовку к сдаче и выполнению нормативных требований.

В группах первого года обучения основное внимание уделяется общей физической подготовке. На втором-шестом годах обучения происходит логическое продолжение изучения и совершенствования технического, тактического арсенала и физической подготовленности обучающихся, а также знакомство с игровой специализацией по функциям игроков.

### *1.8. Режим занятий*

Занятия в группах 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (2 занятия по 30 минут, 10 минут перерыв между занятиями) с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья и степени физического развития детей.

В группах 2-6 годов обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья и степени физического развития детей.

Академическая продолжительность занятия – 1 ч. 40 мин. (2 занятия по 45 минут каждое, 10 минут перерыв между занятиями).

## **2. Обучающий блок**

### *2.1. Цель, задачи программы*

Цель программы – создание условий для формирования и гармоничного развития личности, адаптированной к современным условиям спортивной жизни.

ни посредством обучения официальному игровому виду спорта – флорболу, с перспективой профориентации для дальнейшей подготовки игроков.

### Задачи программы

Освоение программы и достижение поставленной цели образовательного процесса предполагают решение предметных, метапредметных, личностных задач.

#### *2.1.1. Предметные задачи (образовательные):*

- формирование жизненно-необходимых двигательных навыков (бег, ходьба, прыжки и т.д.) при помощи гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр;

- формирование навыков здорового образа жизни;

- ознакомление и обучение детей и подростков технике безопасности и правилам игры, технике владения клюшкой и мячом;

- формирование двигательных навыков, необходимых в дальнейшем при усвоении технических и тактических действий игры во флорбол;

- формирование и совершенствование технических приемов спортивной игры флорбол;

- формирование навыков тактических действий спортивной игры флорбол;

- формирование устойчивого навыка к систематическим занятиям физической культурой, к самостоятельным занятиям по дальнейшему повышению уровня развития двигательных способностей;

- совершенствование прикладных жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими (в первую очередь гимнастическими) упражнениями.

#### *2.1.2. Метапредметные задачи (развивающие):*

- развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию, как основы формирования образовательных запросов и потребностей;

- развитие у обучающихся специальных физических качеств: силы, выносливости, быстроты, скорости реакции;

- развитие высших психических функций: самоанализа, самоконтроля, самозащиты;

- развитие двигательных качеств и повышение возможностей функциональных систем организма;

- развитие и совершенствование физических и психомоторных качеств, обеспечивающих высокую дееспособность;

- развитие умения правильно вести себя в неординарных и экстремальных ситуациях различного характера.

### 2.1.3. Личностные задачи (воспитательные):

Воспитание у обучающихся:

- самостоятельности, настойчивости, выдержки, самообладания;

- высоких волевых и морально-этических качеств;

- осознанной потребности в здоровом образе жизни и разумном досуге;

- умения адаптироваться в социальных условиях;

- социально-коммуникативных качеств: вежливости, уважения к результатам своего и чужого труда, умения устанавливать контакт с людьми разного возраста, умения разрешать конфликты.

## 2.2. Содержание программы

### 2.2.1. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности	2	1	1	Опрос
2	Основы знаний	11	4	7	Педагогическое наблюдение
3	Общеразвивающие упражнения	31	2	29	Педагогическое наблюдение
4	Легкая атлетика	20	2	18	Педагогическое наблюдение
5	Гимнастика, акробатика	32	4	28	Педагогическое наблюдение
6	Школа мяча	24	4	16	Педагогическое наблюдение

7	Подвижные игры	20	4	16	Учебная игра, эстафеты
8	Аттестация обучающихся	4	-	4	Викторина, сдача нормативов
<b>ИТОГО:</b>		<b>144ч.</b>	<b>21ч.</b>	<b>123ч.</b>	

### 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Техника безопасности и первая помощь пострадавшим	2	1	1	Опрос, эстафеты
	Флорбол в России и за рубежом	2	2	-	Опрос
	Техника основных приемов игры	8	8	-	Опрос
	Правила игры. Организация и проведение соревнований	4	4	-	Опрос
	Места занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь флорболистов	4	4	-	Опрос
	Общая физическая подготовка	36	12	24	Педагогическое наблюдение
	Специальная физическая подготовка	38	10	28	Педагогическое наблюдение
	Техническая подготовка	40	12	28	Педагогическое наблюдение
	Тактическая подготовка	40	12	28	Педагогическое наблюдение
	Соревновательная подготовка	38	-	38	Учебная игра, эстафеты
	Аттестация обучающихся	4	2	2	Викторина, сдача нормативов
<b>ИТОГО:</b>		<b>216ч.</b>	<b>67ч.</b>	<b>149ч.</b>	

### 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности	2	1	1	Опрос, эстафеты
	Общефизическая подготовка	20	8	12	Педагогическое наблюдение
	Специальная физическая подготовка	26	10	16	Педагогическое наблюдение
	Правила и регламенты флорбола	12	6	6	Педагогическое наблюдение
	Индивидуальная техническая подготовка	42	10	32	Педагогическое наблюдение
	Техническая подготовка	36	10	26	Педагогическое

10 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Флорбол»,  
педагог Соловьев К.Е.

					наблюдение
	Тактическая подготовка	36	10	26	Педагогическое наблюдение
	Соревновательная подготовка	38	-	38	Педагогическое наблюдение
	Аттестация обучающихся	4	2	2	Викторина, сдача нормативов
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216ч.</b>	<b>57ч.</b>	<b>159ч.</b>	

#### 4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности	2	1	1	Опрос, эстафеты
	Общефизическая подготовка	22	8	14	Педагогическое наблюдение
	Специальная физическая подготовка	30	10	20	Педагогическое наблюдение
	Индивидуальная техническая подготовка	40	10	30	Педагогическое наблюдение
	Техническая подготовка	40	10	30	Педагогическое наблюдение
	Тактическая подготовка	40	10	30	Педагогическое наблюдение
	Соревновательная подготовка	38	-	38	Педагогическое наблюдение
	Аттестация обучающихся	4	2	2	Викторина, сдача нормативов
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216ч.</b>	<b>51ч.</b>	<b>165ч.</b>	

#### 5 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности	2	1	1	Опрос, эстафеты
	Общефизическая подготовка	20	6	14	Педагогическое наблюдение
	Специальная физическая подготовка	30	8	22	Педагогическое наблюдение

	Индивидуальная техническая подготовка	40	10	30	Педагогическое наблюдение
	Техническая подготовка	40	10	30	Педагогическое наблюдение
	Тактическая подготовка	42	10	32	Педагогическое наблюдение
	Соревновательная подготовка	38	-	38	Педагогическое наблюдение
	Аттестация обучающихся	4	2	2	Викторина, сдача нормативов
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216ч.</b>	<b>47ч.</b>	<b>169ч.</b>	

### 6 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности	2	1	1	Опрос, эстафеты
	Общезначительная подготовка	14	6	8	Педагогическое наблюдение
	Специальная физическая подготовка	30	8	22	Педагогическое наблюдение
	Индивидуальная техническая подготовка	42	10	32	Педагогическое наблюдение
	Техническая подготовка	42	10	32	Педагогическое наблюдение
	Тактическая подготовка	44	10	34	Педагогическое наблюдение
	Соревновательная подготовка	38	-	38	Педагогическое наблюдение
	Аттестация обучающихся	4	2	2	Викторина, сдача нормативов
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216ч.</b>	<b>47ч.</b>	<b>169ч.</b>	

### 2.2.2. Содержание учебного плана

#### 1 год обучения

#### **Тема 1. Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности.**

Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах.

Практика: игра «Утки-охотники»

Формы контроля: Пед. наблюдение.

12 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Флорбол», педагог Соловьев К.Е.

## **Тема 2. Основы знаний.**

Теория: двигательный режим ребенка. Физкультминутки и их значение, правила выполнения комплексов физкультминуток. Общие представления об осанке, ее влиянии на здоровье человека. Закаливание. Общие представления о физическом развитии ребенка, правила измерения массы и роста человека.

Практика: эстафета «Один за всех, и все за одного».

Формы контроля: Пед. наблюдение.

## **Тема 3. Общеразвивающие упражнения.**

Теория: общие представления о физических упражнениях и их отличие от бытовых движений и действий. Правила выполнения общеразвивающих упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практика: ходьба, бег, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений; на ровной, наклонной и возвышенной опоре. Преодоление малых препятствий прыжком с места, разбега, опорой на руки, запрыгиванием и спрыгиванием, перелезанием, переползанием и проползанием.

Комплексы упражнений: типа зарядки, в движении шагом, с гимнастической палкой, скакалкой, обручем. Упражнения с малыми и большими набивными мячами.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 4. Легкая атлетика.**

Теория: техника выполнения легкоатлетических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практика: медленный бег до 10 минут, бег 30 и 60 метров с высокого старта, челночный бег 3\*10метров, прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги», прыжки в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», метание малого мяча с места и с разбега на дальность и в цель.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 5. Гимнастика, акробатика.**

Теория: техника выполнения гимнастических и акробатических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практика: строевые упражнения: команды «становись», «равняйся», «смирно», «вольно», «на 1-2 рассчитайся», «шагом марш». Построения и перестроения.

Лазание и перелезание. Равновесие: ходьба по рейке гимнастической скамейки, ходьба с выпадами и на носках, повороты на носках и на одной ноге, приседания. Перекаты. Кувырки. Стойка на лопатках, гимнастический «мост». Висы и упоры. Опорные прыжки. Преодоление гимнастической полосы препятствий.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 6. Школа мяча.**

Теория: техника выполнения упражнений с мячом. Правила и приемы организующих команд.

Практика: упражнения с малыми мячами, большими резиновыми мячами, ведение мяча на месте и в шаге. Передачи мяча от груди двумя руками, снизу, сверху. Ловля мяча двумя руками.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 7. Подвижные игры.**

Теория: правила игр.

Практика: «Группа-смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Два мороза», «Заяц в огороде», «Прыгающие воробышки», «Попади в обруч», «Пятнашки», «Вызов номеров», «Гонки мячей», «Передал – садись!», «Воробьи-вороны», «День-ночь», «Охотники и утки», «Заяц без логова».

Эстафеты с предметами и без предметов. Встречные и круговые эстафеты. Эстафеты с преодолением препятствий.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 8. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

Формы контроля: Сдача нормативов.

2 год обучения

### **Теоретическая подготовка**

#### **Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности и первая помощь пострадавшим.**

Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах. Основные причины, вызывающие травмы в флорболе.

Практика: парная эстафета.

Формы контроля: Пед. наблюдение.

#### **Тема 2. Флорбол в России и за рубежом.**

Теория: происхождение и первоначальное развитие флорбола. Появление и развитие современного флорбола в России и за рубежом.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 3. Техника основных приемов игры.**

Теория: понятие о спортивной технике. Основные технические приемы флорбола. Общие понятия о технике и тактике игры. Тактика игры в нападении и обороне, при переходе от нападения к обороне и наоборот.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 4. Правила игры. Организация и проведение соревнований.**

Теория: организация и проведение соревнований. Изучение правил игры. Основные права и обязанности игроков. Значение спортивных соревнований.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 5. Место занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь флорболиста.**

Теория: поле для проведения тренировочных занятий и соревнований. Подсобное оборудование и его назначение. Уход за спортивным инвентарем и оборудованием. Требования к спортивной одежде, оборудованию, инвентарю.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 6. Общая физическая подготовка.**

Теория: техника выполнения строевых, общеразвивающих упражнений с предметами, без предметов, акробатических, легкоатлетических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практика: строевые упражнения (построение, расчет, повороты на месте и в движении, перестроения, переход с шага на бег и наоборот, изменение скорости движения). Общеразвивающие упражнения с предметами и без них в движении и на месте (упражнения для рук и плечевого пояса, упражнения для мышц шеи, туловища, на формирование правильной осанки, упражнения для ног, упражнения в парах, упражнения с набивными мячами, гантелями, скакалкой, малыми мячами). Акробатические упражнения (группировка в приседе, сидя, лежа на спине, перекаты, кувырки, мост с помощью партнера). Подвижные игры. Эстафеты.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 7. Специальная физическая подготовка.**

Теория: техника выполнения упражнений для развития быстроты, для развития скоростно-силовых качеств, для развития выносливости, ловкости, гибкости. Правила и приемы организующих команд.

Практика: упражнения для развития быстроты (рывки с места, бег с максимальной скоростью, резкими остановками и сменой направления движения, бег на время, ловля и быстрая передача мяча), скоростно-силовых качеств (прыжки с места и с разбега, с предметами, метание набивных мячей, бег в гору, с резкими остановками и последующими стартами). Упражнения для развития выносливости (длительный равномерный бег, переменный бег, кроссы, серийное интервальное выполнение игровых и технико-тактических упражнений

различной интенсивности, упражнения с отягощениями). Упражнения для развития ловкости (эстафеты с предметами и без, бег с прыжками через препятствия, падения и подъемы, игра с клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и в приседе). Подвижные игры. Эстафеты.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 7. Техническая подготовка.**

Теория: техника передвижения. Техника владения клюшкой и мячом (техника нападения, защиты, игры вратаря). Правила и приемы организующих команд.

Практика: техника передвижения (стойка флорболиста, бег). Техника нападения (хват клюшки одной, двумя руками, ведение мяча, бросок мяча, остановка мяча ногой, клюшкой, грудью, бедром). Техника защиты (отбор мяча ногой, клюшкой, корпусом, «вытаскивание» мяча концом крюком клюшки). Техника игры вратаря (основная стойка, принятие стойки по сигналу, передвижения, ловля и отбивание мяча, передвижение в воротах в основной стойке, ловля мяча рукой, отбивание его ногой, туловищем, головой).

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 9. Тактическая подготовка.**

Теория: техника выполнения индивидуальных и групповых действий в нападении, защите, игры вратаря.

Практика: тактика игры в нападении (индивидуальные действия – ведение, обводка, атака ворот, различные действия без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров и соперников; групповые действия – передачи, игра «в стенку», игра в атаке, передача мяча в квадратах и различным сочетанием игроков). Тактика игры в защите (индивидуальные действия - выбор места для оборонительного действия, перехват продольной и диагональной передачи, отбор мяча; групповые действия – страховка партнера).

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 10. Соревновательная подготовка.**

Практика: учебные игры. Эстафеты (парные, перекрестные, групповые).

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 11. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

Формы контроля: Тестирование. Сдача нормативов.

## 3 год обучения

### **Тема 1. Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности.**

Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах. Основные причины, вызывающие травмы в флорболе.

Практика: парные эстафеты.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 2. Общефизическая подготовка.**

Теория: техника выполнения общеразвивающих упражнений с предметами, без предметов, акробатических, легкоатлетических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Практика: строевые упражнения. Гимнастические упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения для мышц ног, таза (прыжки в высоту с прямого разбега с мостика углом или согнув ноги). Акробатические упражнения: группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад, кувырок вперед из упора присев). Подготовительные упражнения для моста у гимнастической стенки. Стойка на лопатках. Соскоки в глубину со снарядов (высота снаряда 50-60см). Легкоатлетические упражнения: бег с ускорением до 40м; низкий старт и стартовый разбег до 60м; эстафетный бег; прыжки через планку с поворотом на 90° с прямого разбега; прыжки в высоту способом «перекидным»;

прыжки в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Метание малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока и на дальность; метание гранаты с места.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 3. Специальная физическая подготовка.**

Теория: техника выполнения упражнений для привития навыков быстроты ответных действий. Правила и приемы организующих команд.

Практика: упражнения для привития навыков быстроты ответных действий: по сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5,10,15м из исходных положений: стойки защитника (лицом, боком и спиной к стартовой линии) сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5 и 10 м (общий пробег за одну попытку 20-30м). Челночный бег, но отрезок сначала пробегается лицом вперед, а обратно – спиной. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же самое с набивными мячами в руках, с поясом-отягощением.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 4. Правила и регламенты флорбола.**

Теория: правила игры. Организация и проведение соревнований. Изучение правил игры. Основные права и обязанности игроков. Значение спортивных соревнований.

Практика: подвижные игры «Гонка мячей», «Метко в цель», «Эстафета с бегом», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 5. Индивидуальная техническая подготовка.**

Теория: характеристика основных приемов техники передвижения, защиты, индивидуальных действий защитников. Правила и приемы организующих команд.

Практика: техника передвижения. Техника владения клюшкой и мячом: техника нападения (ведение мяча, бросок мяча, остановка мяча); техника защиты (отбор мяча ногами, выполнение отбора при встречном движении и сбоку, отбор мяча клюшкой, корпусом, «вытаскивание мяча» концом крюка клюшки; техника игры вратаря). Индивидуальные действия защитников.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 6. Техническая подготовка.**

Теория: характеристика основных приемов техники нападения, защиты. Правила и приемы организующих команд.

Практика: техника нападения: перемещения и стойки (стойка защитника и нападающего, сочетание стоек и перемещений, повороты, резкие остановки с поворотом); действия с мячом (ведение мяча клюшкой и ногами, передача мяча в движении с поворотом, броски мяча с удобной и неудобной стороны, отбор мяча, перехват); техника игры вратаря (выбор места, ловля мяча). Техника защиты: действия без мяча с клюшкой, сочетание способов перемещений и остановок, действия с мячом, обработка мяча клюшкой.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 7. Тактическая подготовка.**

Теория: характеристика основных тактических приемов нападения, защиты. Правила и приемы организующих команд.

Практика: тактика нападения (индивидуальные действия нападающих, позиции при переходе от обороны к атаке и от атаки к обороне), тактика защиты: индивидуальные действия (выбор места вратаря в воротах при атаке противника, персональная опека, комбинированная оборона), командные действия (подстраховка в помощь партнеру, расположение игроков при обороне).

### **Тема 8. Соревновательная подготовка.**

Практика: соревнования по подвижным играм. Учебно-тренировочные игры. Товарищеские встречи.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 9. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

4 год обучения

## **Тема 1. Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности.**

Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах. Основные причины, вызывающие травмы в флорболе.

Практика: парные эстафеты, подвижные игры.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

## **Тема 2. Общефизическая подготовка.**

Теория: значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивного мастерства

Практика: строевые упражнения: команды для управления группой, действия в строю на месте и в движении, переход с шага на бег и с бега на шаг, изменение скорости движения, остановка во время движения. Гимнастические упражнения: упражнения для мышц рук и плечевого пояса (с набивными мячами, упражнения в сопротивлении); упражнения для мышц туловища и шеи (с резиновыми амортизаторами, на гимнастических снарядах (подъемы переворотом, наклоны у гимнастической стенки); упражнения для мышц ног и таза (на снарядах, (гимнастическая скамейка, стенка), со скакалкой, прыжки с трамплина, опорные прыжки). Акробатические упражнения: группировки, перекаты стойка на лопатках, кувырки, подготовительные упражнения для моста у гимнастической стенки, мост с помощью партнера и самостоятельно. Легкоатлетические упражнения: бег с ускорением, повторный бег эстафетный бег с этапами, прыжки в высоту, метание.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 3. Специальная физическая подготовка.**

Теория: техника выполнения упражнений на привитие навыков быстроты ответных действий. Правила и приемы организующих команд.

Практика: упражнения для привития навыков быстроты ответных действий: бег с остановками и изменением направления, челночный бег, челночный бег с отягощением, бег в колонне по одному с выполнением определенного задания. Упражнения для развития ловкости: бег прыжками через препятствия, падения и подъемы, игра клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и в приседе, парами. Упражнения для развития гибкости: маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощением, пружинистые наклоны в разные стороны.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 4. Индивидуальная техническая подготовка.**

Теория: характеристика основных приемов техники владения мячом, индивидуальных действий защитников. Правила и приемы организующих команд.

Практика: совершенствование ранее изученных технических приемов. Ведение и передачи мяча, броски мяча по воздуху, остановка и обработка его. Броски мяча. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения клюшкой и мячом. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия защитников.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 5. Техническая подготовка.**

Теория: характеристика основных приемов техники передвижения, нападения, защиты. Правила и приемы организующих команд.

Практика: техника передвижения: стойка флорболиста и перемещения в ней, бег с ускорением, прыжками, поворотами, резкими остановками; бег в различном положении, направлении, скоростью; старты из различных положений, кувырки с последующим быстрым вставанием. Техника нападения: ведение в различном направлении; техника броска мяча; выполнение «заметяющего» броска, подкидки; техника выполнения удара-броска; финты. Техника защиты.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 6. Тактическая подготовка.**

Теория: характеристика основных тактических приемов при атаке и контратаке. Правила и приемы организующих команд.

Практика: выбор места при атаке противника. Взаимодействия игроков при своей атаке и контратаке. Тактические действия на определенных участках поля и сочетание индивидуальной игры с коллективными действиями.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 7. Соревновательная подготовка.**

Практика: товарищеские встречи, учебные игры.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 8. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

Формы контроля: Тестирование. Сдача нормативов.

## 5 год обучения

### **Тема 1. Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности.**

Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах. Основные причины, вызывающие травмы в флорболе.

Практика: парные эстафеты, подвижные игры, товарищеский матч

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 2. Общефизическая подготовка.**

Теория: специфика средств общей и специальной физической подготовки. Общая физическая подготовка в различные возрастные периоды.

Практика: строевые упражнения: команды для управления группой, действия в строю на месте и в движении, походный и строевой шаг, изменение скорости движения. Гимнастические упражнения с предметами и без, индиви-

дуальные и в парах для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног и таза. Акробатические упражнения: группировки, перека- ты в группировке, перека-ты вперед-назад, в стороны; кувырки из различных положений, вперед-назад, соединение нескольких кувырков вперед и назад. Легкоатлетические упражнения: бег с ускорением, повторный бег, бег с низко- го старта, эстафетный бег с этапами, бег в чередовании с ходьбой, бег или кросс; прыжки в высоту, в длину, с места и с разбега. Спортивные игры.

Формы контроля: Пед. наблюдение.

### **Тема 3. Специальная физическая подготовка.**

Теория: методы и средства специальной подготовки и их особенности в связи с возрастом обучающихся.

Практика: упражнения для совершенствования навыков быстроты ответ- ных действий: бег с остановками и изменением направления, скорости; челноч- ный бег, челночный бег в продвижении переставными шагами, челночный бег с отягощением (пояс-отягощение, куртка с весом); бег в колонне и по одному с изменением направления, скорости, способа передвижения. Подвижные игры «Попробуй унеси», «Гонка мячей», «Метко в цель», различные варианты игры «Салки».

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 4. Индивидуальная техническая подготовка.**

Теория: характеристика приемов техники игры вратаря, индивидуальных действий защитников. Правила и приемы организующих команд.

Практика: техника игры вратаря: совершенствование принятия основной стойки и перемещений в ней; остановка рукой мяча, летящего выше уровня плеч вратаря; отбивание катящегося мяча ногой; ловля и отбивание мяча, от- скочившего от отражающей стенки в различных направлениях; ловля и отбива- ние теннисных мячей, направляемых ракеткой из различных точек; совершен- ствование передвижения в воротах в основной стойке; ловля мяча рукой, отби-

вание ногами, туловищем, руками, головой; выбивание мяча ногой в падении; выход навстречу игроку, бросающему мяч. Действия защитников.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 5. Техническая подготовка.**

Теория: анализ технических приемов.

Практика: совершенствование ранее изученных технических приемов. Ведение и передачи мяча, броски мяча по воздуху, остановка и обработка его. Броски мяча на точность в движении справа и слева, прямой бросок справа и слева по щелчку и хлопку. Бросок справа и слева по движущемуся мячу. Остановка катящегося мяча слева и справа. Остановка мяча и броски по воротам. Ведение мяча клюшкой без отрыва от нее, обманные движения при передачи мяча. обманные движения клюшкой и мячом, отбор мяча с выпадом вправо и влево.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 6. Тактическая подготовка.**

Теория: анализ тактических действий в нападении и защите, игры вратаря.

Практика: выбор места на площадке защитников и нападающих. Взаимодействие игроков при коллективном отборе мяча, стенка перед воротами. Подстраховка и взаимозаменяемость. Функции игроков при атаке и обороне. Переход от обороны в атаку и наоборот.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 7. Соревновательная подготовка.**

Практика: учебные игры, товарищеские встречи, парные, комбинированные эстафеты.

Формы контроля: Пед. наблюдение.

#### **Тема 8. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

Формы контроля: Тестирование, сдача спортивных нормативов.

**Тема 1. Вводное занятие. Вводный инструктаж по ОТ, ПДД, пожарной и электробезопасности.**

Теория: Теория: техника безопасности на занятиях, пожарная безопасность, электробезопасность, правила поведения в ЦДТ, общественных местах.

Практика: парные эстафеты, подвижные игры, товарищеский матч.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

**Тема 2. Общефизическая подготовка.**

Теория: влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов.

Практика: строевые упражнения. Гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса, для мышц ног, таза. Акробатические упражнения. легкоатлетические упражнения. Спортивные игры. Подвижные игры.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

**Тема 3. Специальная физическая подготовка.**

Практика: упражнения для привития навыков быстроты ответных действий: по сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15м. (лицом, боком и спиной к стартовой линии) сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления. Бег в колонне по одному, в шеренге, вдоль границ площадки. По сигналу – выполнение определенного задания: ускорение, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 180<sup>0</sup> -360<sup>0</sup> – прыжок вверх, падение и перекат, имитация передачи в стойке, с падением, в прыжке, имитация подачи, нападающих ударов, блокирования. Упражнения с отягощением: упражнения со штангой (приседания, выпрыгивания вверх из приседа, полуприседа, полуприседа вперед, прыжки на обеих ногах).многократные броски набивного мяча над собой и прыжки и ловля после приземления. Прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. Напрыгивание на

сложенные гимнастические маты (высота постепенно увеличивается), количество прыжков подряд также увеличивается постепенно. Прыжки в глубину с гимнастической стенки на гимнастические маты. Спрыгивание (высота 50-100см) с преодолением препятствий (набивные мячи). Прыжки с места вперед, назад, вправо, влево, отталкиваясь обеими ногами. Прыжки вверх с доставанием подвешенного мяча, отталкиваясь одной и обеими ногами. То же, но прыжки с разбега в три шага. Прыжки с места и разбега с доставанием теннисных и волейбольных мячей, укрепленных на различной высоте.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 4. Индивидуальная техническая подготовка.**

Практика: техника нападения: выбор места, свободного от опеки противника. Ведение мяча разными способами с ускорениями и с применением различных обманных движений. Обманные движения с изменением скорости и направления движения. Техника игры вратаря: отбор и отбивания мяча в падении.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 5. Техническая подготовка.**

Теория: характеристика и анализ техники и технических приемов сильнейших юных флорболистов.

Практика: техника нападения: действия без мяча (перемещения и стойки, сочетание способов перемещений из стоек с техническими приемами); действия с мячом (выполнение технических приемов на высокой скорости при обыгрывании соперника). Техника игры: совершенствование ранее изученных технических приемов в различных сочетаниях и комбинациях в игровых упражнениях и играх.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

#### **Тема 6. Тактическая подготовка.**

Теория: характеристика и анализ тактики и тактических действий сильнейших юных флорболистов.

Практика: тактика игры: совершенствование тактических действий отдельных игроков, звеньев и линий команды. Тактика игры вратаря (руководство обороной, умение организовать атаку на ворота противника). Совершенствование индивидуальных особенностей флорболистов (быстрый бег, обводка, финт) и применение их в игре. Изучение командных действий в обороне и атаке. Игра при численном большинстве и меньшинстве. Тактика защиты и нападения: тактические варианты при выполнении штрафных бросков и при введении мяча в игру. Значение тактической разработки игры и умения играть по плану, заданию. Зависимость тактического построения игры команды от индивидуальной подготовки игроков, тактики противника и других факторов. Сведения о противнике: тактическое построение игры, примерный состав, сильные и слабые стороны команды, звеньев, отдельных игроков. Наблюдение за игрой команды противника.

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 7. Соревновательная подготовка.**

Практика: товарищеские встречи, учебные игры, подвижные игры «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Перестрелка», «Вызывай смену», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом».

Формы контроля: Пед. наблюдение. Опрос.

### **Тема 8. Аттестация обучающихся.**

Теория: решение вопросов викторины.

Практика: сдача спортивных нормативов.

Формы контроля: Сдача нормативов.

#### *2.3. Планируемые результаты*

##### 2.3.1. Требования к знаниям умениям и навыкам обучающихся

По окончании обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Флорбол» обучающиеся должны:

Знать	Уметь
-------	-------

<b>1 год обучения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила поведения в спортивном зале, требования к спортивной одежде и обуви;</li> <li>- двигательный режим, роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, правила выполнения комплекса упражнений;</li> <li>- общие представления о физических упражнениях и их отличия от бытовых движений;</li> <li>- правила самостоятельного освоения физических упражнений.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять ходьбу, бег, прыжки разными способами и из разных исходных положений с различной амплитудой, траекторией и направлением движений;</li> <li>- выполнять легкоатлетические упражнения (медленный бег, бег с высокого старта, прыжки с места и с разбега, метание малого мяча с места и с разбега на дальность и в цель);</li> <li>- выполнять гимнастические упражнения (лазание и перелезание, упражнения на равновесие, повороты на носках и на одной ноге, приседания и переходы в упор присев, в упор на колено, стойку на одной ноге);</li> <li>- выполнять акробатические упражнения (стойка на лопатках, гимнастический «мост», висы и упоры, опорные прыжки);</li> <li>- выполнять упражнения с малыми, большими резиновыми мячами, ведение мяча на месте и в шаге, передачи мяча от груди двумя руками, снизу, сверху, ловля мяча двумя руками.</li> </ul>
<b>2 год обучения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные причины, вызывающие травмы в флорболе;</li> <li>- происхождение и первоначальное развитие флорбола, появление и развитие современного флорбола в России и за рубежом;</li> <li>- понятие о спортивной технике, общие понятия о технике и тактике игры, характеристику основных технических приемов игры;</li> <li>- основные правила игры и основу организации соревнований;</li> <li>- правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, акробатические, легкоатлетические упражнения, предусмотренные программой;</li> <li>- выполнять упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости, предусмотренные программой;</li> <li>- владеть основными техническими и тактическими приемами игры, предусмотренными программой</li> </ul>
<b>3 год обучения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме;</li> <li>- значение общей и специальной физической подготовки для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств;</li> <li>- правила формирования команды, замены игроков, основы судейской терминологии и жеста.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять строевые, гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения, предусмотренные программой;</li> <li>- владеть основными техническими и тактическими приемами нападения и защиты, предусмотренные программой;</li> <li>- владеть навыками ведения парных, комбинированные эстафет, учебных игр, навыками соревновательной деятельности.</li> </ul>
<b>4 год обучения</b>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- использование естественных факторов природы в целях закаливания организма;</li> <li>- специфику средств общей и специальной физической, специальную физическую подготовку в различные возрастные периоды.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять строевые, гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения, предусмотренные программой;</li> <li>- владеть техническими приемами передвижения, нападения и защиты, предусмотренными программой;</li> <li>- владеть тактическими приемами при атаке противника и контратаке, предусмотренными программой;</li> <li>- владеть навыками участия в различных эстафетах, спортивных и подвижных играх, предусмотренных программой, навыками соревновательной деятельности.</li> </ul>
<b>5 год обучения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- специфику средств общей и специальной физической, специальную физическую подготовку в различные возрастные периоды;</li> <li>- методы и средства специальной подготовки и их особенности в связи с возрастом обучающихся;</li> <li>- характеристику приемов техники игры вратаря.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять строевые, гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения, предусмотренные программой;</li> <li>- владеть техникой владения мячом;</li> <li>- владеть тактическими приемами в нападении и защите, атаке и обороне, игры вратаря;</li> <li>- владеть навыками анализа технических приемов и тактических действий в нападении и защите, игры вратаря;</li> <li>- владеть навыками участия в различных эстафетах, спортивных и подвижных играх, предусмотренных программой, навыками соревновательной деятельности.</li> </ul>
<b>6 год обучения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила игры во флорбол;</li> <li>- влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособности и подвижность суставов;</li> <li>- характеристику и анализ технических приемов и тактических действий сильнейших юных флорболистов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть техническими и приемами, и тактическими действиями ведения игры флорбол;</li> <li>- владеть навыками анализа игры;</li> <li>- владеть навыками участия в различных эстафетах, спортивных и подвижных играх, предусмотренных программой, навыками соревновательной деятельности.</li> </ul>

### 2.3.2. Компетенции и личностные качества, сформированные у детей в процессе обучения по программе

Компетентность	Результаты
<b>Организационная:</b> способность планировать свою деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• соотнесение целей с возможностями;</li> <li>• определение временных рамок;</li> <li>• определение шагов выполнения задания;</li> <li>• видение итогового результата;</li> <li>• распределение функций между участниками группы</li> </ul>
<b>Коммуникативная:</b> готовность и способность понимать партнера и его позицию и строить с ним отношения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• способность работать в команде;</li> <li>• способность принять другую точку зрения, отличную от своей;</li> <li>• умение обосновывать свою точку зрения (аргументы)</li> </ul>

	ментировать, основываясь на предметном знании); <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение слушать, выбирать способ общения;</li> <li>• способность быть толерантным;</li> <li>• умение предотвращать или разрешать конфликты</li> </ul>
<b>Информационная:</b> способность находить и представлять необходимую информацию	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение задавать вопросы;</li> <li>• умение получать помощь;</li> <li>• умение пользоваться справочной, научно-популярной литературой, сайтами.</li> </ul>

### 2.3.3. Личностные, метапредметные и предметные результаты, приобретенные обучающимися по итогам освоения программы

В ходе обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Флорбол» обучающиеся приобретут:

#### *Личностные результаты:*

- развитие мотивов учебной деятельности;
  - формирование личностного смысла учебной деятельности;
  - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

#### *Метапредметные результаты:*

- освоение универсальных учебных действий;
- Умение оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- понимание причины успеха/неуспеха учебной деятельности.

#### *Предметные результаты:*

- усвоение знаний о флорболе, как о командном виде спорта;
- усвоение знаний о значении физической нагрузки для здоровья человека;
- умение взаимодействовать со сверстниками во время занятий;
- достижение определенного уровня овладения тактик флорбола

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

### *2.4. Формы аттестации, оценочные результаты*

Аттестация обучающихся объединения «Флорбол» проводится в соответствии с Положением о системе оценок, форм, периодичности и порядке текущего контроля и аттестации обучающихся МАУ ДО ЦДТ.

Аттестация обучающихся проводится с целью контроля за выполнением дополнительной общеобразовательной программы «Флорбол», повышения ответственности педагога за результаты образовательного процесса и включает в себя следующие этапы: начальная, промежуточная, итоговая.

2.4.1. Начальная аттестация проводится с целью выявления уровня подготовки (для обучающихся первого года обучения) и определения уровня остаточных знаний (для обучающихся второго и последующих годов обучения). Начальная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий с занесением результатов в диагностическую карту.

2.4.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится как оценка результатов обучения за определенный промежуток учебного времени – в конце учебного года. Промежуточная аттестация проводится с обучающимися групп 1-5-го годов обучения, сроки проведения аттестации – с 10 по 25 мая текущего учебного года. Формы проведения аттестации: теоретические знания обучающихся проверяются параллельно с практическими навыками, так как теоретическое знание терминологии неразрывно связано с практическим выполнением специализированных упражнений.

Практические навыки проверяются в процессе сдачи специализированных спортивных нормативов.

По итогам аттестации педагог оформляет диагностическую карту и протокол результатов аттестационных испытаний. По результатам аттестационных испытаний обучающиеся переводятся на следующую ступень обучения по данной программе, либо остаются на прежней ступени обучения.

2.4.3. Итоговая аттестация проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы. Итоговую аттестацию проходят обучаю-

щиеся учебных групп 6 года обучения в период с 05 по 25 мая текущего учебного года. Формы проведения итоговой аттестации: теоретические знания обучающихся проверяются параллельно с практическими, так как теоретическое знание терминологии неразрывно связано с практическим выполнением специализированных упражнений. Практические навыки проверяются в процессе сдачи специализированных спортивных нормативов.

По результатам прохождения аттестационных испытаний обучающиеся выпускаются из объединения «Флорбол».

### **Оценочные материалы**

#### Контрольные нормативы по общефизической подготовке

##### для групп первого года обучения (мальчики)

Название упражнений	Норматив	
	7 лет	8 лет
Бег 30м (сек)	6,3	6,1
Бег 1000м (сек)	6,25	6,10
Челночный бег (сек)	20,2	19,8
Прыжки в длину с места (см)	130	140
Метание мяча (м)	15	17
Подтягивание в висе (количество раз)	2	3
Поднимание туловища за 30сек (количество раз)	15	16
Наклон вперед из положения сидя (см)	5	6

#### Контрольные нормативы по общефизической подготовке

##### для групп первого года обучения (девочки)

Название упражнений	Норматив	
	7 лет	8 лет
Бег 30м (сек)	6,7	6,4
Бег 1000м (сек)	6,40	6,30
Челночный бег (сек)	20,7	20,5
Прыжки в длину с места (см)	120	130
Метание мяча (м)	12	15
Вис (сек)	8	9
Поднимание туловища за 30сек (количество раз)	11	12
Наклон вперед из положения сидя (см)	6	7

#### Контрольные нормативы для групп второго года обучения

Физические	Физические упражнения	Норматив
------------	-----------------------	----------

способности		мальчики	девочки
Скоростные	Бег 30м (с)	5.0	5.1
Силовые	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (колич-во раз)	17	12
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	190	180
На выносливость	Бег 1000м (мин/с)	4.30	5.00
Координационные	Челночный бег 3x10 (с)	8.5	9.3
Комбинированное упражнение	Слаломный бег с мячом (с)	22	24

### Контрольные нормативы для групп третьего года обучения

#### *Физическое развитие и физическая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Девочки	Мальчики
1	Бег 30м с высокого старта (с)	6,1	6,3
2	Бег 30м (6x5) (с)	12,8	12,3
3	Бег 92м с изменением направления (с)	33,5	32,0
4	Прыжок в длину с места (см)	125	135
5	Прыжок вверх с места толчком двух ног (см)	30	35
6	Прыжок вверх с разбега толчком двух ног (см)	35	40
7	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками (м): - сидя - стоя - в прыжке с места	3,5 5,0 5,5	4,0 7,0 6,0

#### *Техническая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Количественный показатель
1	Передача на точность по диагонали площадки	5
2	Передача и остановка мяча (справа, слева)	5
3	Передача мяча в движении после паса партнера	5

### Контрольные нормативы для групп четвертого года обучения

#### *Физическое развитие и физическая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Девочки	Мальчики
1	Бег 30м с высокого старта (с)	5,9	5,7
2	Бег 30м (6x5) (с)	12,5	12,0
3	Бег 92м «елочка» (с)	32,7	31,0
4	Прыжок в длину с места (см)	140	160
5	Прыжок вверх с разбега толчком двух ног (см)	32	40
6	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками, сидя (м)	4,0	5,0
7	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками в прыжке с места (м)	6,0	8,0

#### *Техническая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Количественный показатель
1	Техника ведения мяча с переключением клюшки по прямой шагом, бегом	3
2	Техника ведения мяча с изменением направления	4
3	Ведение мяча в движении по прямой (шагом, бегом)	3
4	Ведение мяча с изменением направления бега и сменой рук	3
5	Техника ударов и бросков по воротам	5

### Контрольные нормативы для групп пятого года обучения

#### *Физическое развитие и физическая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Девочки	Мальчики
1	Становая сила (кг)	60	80
	Бег 30м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2	Бег 30м (6х5) (с)	11,9	11,2
3	Бег 92м «елочка» (с)	30,0	28,0
4	Прыжок в длину с места (см)	150	170
5	Бег 1000м (мин)	4,45	4,00
6	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками, сидя (м)	5,0	6,0
7	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками в прыжке с места (м)	7,5	9,5

#### *Техническая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Количественный показатель
1	Ведение мяча приставным шагом по прямой	5
2	Удар по воротам после передачи без обработки мяча	5
3	Бросок по воротам с места после ведения	5
4	Бросок по воротам после передачи с обработки мяча	5

### Контрольные нормативы для групп шестого года обучения

#### *Физическое развитие и физическая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Девочки	Мальчики
1	Становая сила (кг)	60	80
	Бег 30м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2	Бег 30м (6х5) (с)	11,9	11,2
3	Бег 92м «елочка» (с)	30,0	28,0
4	Прыжок в длину с места (см)	150	170
5	Бег 1000м и 2000м (мин)	4,45	4,00
6	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками, сидя (м)	5,0	6,0
7	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками в прыжке с места (м)	7,5	9,5

#### *Техническая подготовленность*

№ п/п	Виды испытаний	Количественный показатель
1	Техника ударов и бросков по воротам	5
2	Бросок по воротам с места в верхние углы	5
3	Пробивание буллитов	8
4	Комбинации из освоенных элементов техники с элементами групповых взаимодействий в двойках и тройках	5

## *2.5. Методические материалы, виды занятий, методики, формы и методы работы с детьми*

Образовательная деятельность в программе построена по следующим направлениям:

### *2.5.1. Теоретическая подготовка*

Теоретическая подготовка учащихся рассматривает вопросы, связанные с содержанием флорбола как спортивной дисциплины. Изучаются потенциальные возможности флорбола в подготовке обучающихся к здоровому образу жизни, к учебной, трудовой деятельности и воинской службе.

### *2.5.2. Общая физическая подготовка (ОФП)*

ОФП включает в себя упражнения, способствующие всестороннему физическому развитию спортсмена, повышению уровня функциональных возможностей организма, развитию силы, скорости, гибкости, выносливости, скорости реакции.

### *2.5.3. Техничко-тактическая подготовка*

Техника флорбола - это совокупность стоек, передвижений, ударов и защит, используемые при изучении и применении флорбола.

Техническая подготовка включает в себя атакующие и защитные техники, технику передвижений, владения клюшкой и мячом, нападения, защиты.

Тактика флорбола включает в себя тактику игры полевых игроков, тактику игры и нападения, тактику игры в защите, тактику игры вратаря.

Ведущими методами обучения по данной программе являются такие словесные, наглядные и практические методы обучения, как:

- рассказ – объяснение техники выполнения упражнения;

- беседа – рассказ теоретических сведений о флорболе;
- показ способов действий, различных элементов;
- упражнения – выполнение практических заданий;
- метод самостоятельной работы и работы под руководством;
- метод стимулирования интереса к учению (учебные дискуссии, создание эмоционально-нравственных ситуаций);
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль роста динамики спортивных показателей;
- метод творческого подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Соревновательный метод позволяет контролировать физическую форму и подготовленность детей.

Программа по флорболу рассчитана на развитие общих и специальных физических качеств. Именно уровень их развития на разных этапах спортивной тренировки позволяет достигнуть необходимый результат.

К физическим качествам относятся: сила, быстрота, гибкость, выносливость.

К координационным качествам относятся: равновесие, точность, меткость, амплитуда движения в суставах, пластичность, ритмичность.

Основную долю программы составляет практическая учебно-тренировочная деятельность, которая проводится на каждом занятии. Большая часть времени отводится на закрепление и совершенствование изученных ранее технических приемов.

Также, на занятиях проводятся вспомогательные упражнения, необходимые для общего развития тела, для увеличения подвижности в суставах и усиления определенных мышц, используемых в флорболе. Упражнения выполняются регулярно со снарядами и без них, в любое время и в любом месте.

В то же время в образовательном процессе с детьми используются и другие формы работы:

- соревнования, показательные выступления;
- организация полевых спортивных лагерей.

В процессе обучения по данной программе используются следующие спортивно-оздоровительные формы занятий:

- спортивно-игровые занятия по свободному регламенту;
- спортивно-оздоровительные походы выходного дня;
- спортивно-оздоровительные лагеря в летний период времени;
- реализация проектов летнего отдыха и т.д.

Очень важно в образовательном процессе учреждений дополнительного образования сохранить здоровье детей и подростков, сформировать у них представление о том, что здоровье – это состояние полного благополучия, которое включает в себя следующие компоненты:

Высокая работоспособность и устойчивость к заболеваниям; основа этого – нормальная работа всех органов и систем организма (физиологический компонент);

Уверенность в себе, основанная на умении управлять своими чувствами и мыслями (психологический компонент);

Стремление и умение управлять собственным здоровьем и строить свое поведение без ущерба для благополучия других людей (нравственный компонент).

Поэтому программа «Флорбол» предполагает в образовательном процессе следующие здоровьесберегающие и профилактические мероприятия:

для уменьшения эмоционального напряжения и улучшения деятельности центральной нервной системы:

- теплые пастельные тона в оформлении зала;
- релаксационные виды упражнений на занятиях;

- элементы аутотренинга, формулы внушающего воздействия, повышающие самооценку ребенка;

- упражнения для выработки правильного дыхания с целью укрепления нервной системы и профилактики нервных истощений;

для профилактики стрессов и неврозов:

- составление расписания занятий и определение времени их продолжительности в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и степенью их физического развития;

- корректировка учебно-тематических планов в соответствии с возрастными особенностями обучающихся;

- консультативная психологическая помощь детям и их родителям по формированию валеологической культуры детей и взрослых.

Одной из актуальных форм обучения на современном этапе развития образования стало дистанционное образование - новая, современная технология, которая позволяет сделать обучение более качественным и доступным, предоставить ученикам элементы универсального образования, которые позволят им эффективно адаптироваться к изменяющимся социально-экономическим условиям и успешно интегрироваться в современное общество.

Главная особенность дистанционного обучения – возможность получения образовательных услуг без посещения учебного заведения, так как все изучение предметов и общение с преподавателями осуществляется посредством интернета и обмена электронными письмами.

О необходимости использования такого метода обучения говорят следующие факторы:

- возможность организации работы с часто болеющими детьми и детьми-инвалидами;
- проведение дополнительных занятий с одаренными детьми;
- возможность внести разнообразие в систему обучения за счет включения различных нестандартных заданий (ребусы, кроссворды и т.д.);

- обеспечение свободного графика обучения;
- введение режима повышенной готовности.

С помощью дистанционного обучения удается решать такие педагогические задачи, как:

- формирование у учеников познавательной самостоятельности и активности;
- создание эффективного образовательного пространства;
- развитие у детей критического мышления и способности конструктивно обсуждать различные точки зрения.

Программой предусмотрена организация дистанционного обучения посредством использования таких технических ресурсов, как конференции на Zoom-платформе; размещение обучающих видео на каналах видеохостинга YouTube, в группах в социальных сетях ВКонтакте, Одноклассники; видеозанятия в режиме реального времени в социальной сети Instagram, видеозвонки и рассылка видеофайлов в мессенджерах Viber и Watsap.

*Лекционный материал:*

- «История развития игровых видов спорта»,
- «История развития флорбола в России, в Ивановской области и Фурмановском районе»,
- «Место тренировок, снаряжение для флорбола»,
- «Гигиена, диета, тренировочные расписания для флорболистов»,
- «Травмы в флорболе и их профилактика»,
- «Позиции и стойки»,
- «Движение ног и тела»,
- «Перемещения в стойках»,

*Дидактический и наглядный материал:*

- Инструкции по охране труда, пожарной и электробезопасности;
- памятки «Правила поведения в ЦДТ и спортивном зале», «Правила поведения в общественных местах»;

- медиапрезентации «Игровые виды спорта» и «Известные спортсмены по флорболу в России, мире»;

*Плакаты:*

- по пожарной и электробезопасности,
- по Правилам дорожного движения (для пешеходов),
- по анатомии и физиологии человека,
- по оказанию первой медицинской помощи,
- по общефизической подготовке «Позиции и стойки», «Перемещения в стойках», «Техника руки», «Техника ног», «Техника защиты», «Техника игры в защите», «Техника игры вратаря».

### **3. Воспитательный блок**

#### *3.1. Рабочая программа воспитания*

Программа «Флорбол» может быть реализована при условии согласованных действий в различных направлениях образовательного процесса. Главным и основным является учебный процесс. Но обучение в объединении предполагает тесную взаимосвязь учебного и воспитательного процессов, при котором возможно развитие у детей не только конкретных знаний, умений и навыков, но и достижение такой важной задачи, как формирование гармонично развитой личности ребенка, способной к созиданию и творчеству.

Важным моментом в освоении образовательной программы является создание благоприятной эмоционально-психологической атмосферы в детском коллективе, когда выполняются следующие правила:

- принимать ребенка как особую индивидуальность;
- использовать положительные эмоции в построении общения педагога и обучающегося.

Такое общение учит детей понимать друг друга, считаться с мнением других, отстаивать свою точку зрения, видеть и чувствовать красоту окружающего нас мира, сопереживать другим.

Главным же является то, что каждый, занимающийся в объединении, имеет возможность почувствовать свою значимость, уверенность в своих силах. Приобщаясь в течение нескольких лет к спорту, занимаясь в приятной, дружеской атмосфере сверстников, он сумеет выработать определенную жизненную позицию, которая поможет ему в дальнейшей взрослой жизни.

Таким образом, основные пути для успешной организации воспитательной работы в объединении следующие:

- непосредственное общение с педагогом во время занятий на основе взаимного уважения и интереса к личности друг друга;
- организация совместного досуга взрослых и детей, направленного на повышение коммуникативного уровня обучающихся (совместные мероприятия, походы, поездки, встречи с известными спортсменами).

Выбор содержания массовых мероприятий осуществляется с учетом направленности объединения, а также с учетом интересов, психологических и возрастных особенностей детей. Это способствует развитию у ребенка творческой инициативы и более полному раскрытию их индивидуальности. Активное участие обучающихся в жизни объединения помогает формированию сплоченного подросткового коллектива на протяжении нескольких лет.

Воспитательный процесс направлен на воспитание и развитие свободной, жизнелюбивой, талантливой личности, обогащенной знаниями, эстетически развитой, готовой к созидательной, трудовой и творческой деятельности и нравственному поведению.

*Цель программы:* воспитание гармоничной, социально-активной личности посредством обучения борьбе самбо.

*Задачи программы:* помочь ребенку адаптироваться в новом детском коллективе, занять в нем достойное место;

- формировать в ребенке уверенность в своих силах;
- выявлять и развивать потенциальные общие и специальные возможности и способности обучающегося.

Основные формы воспитательной работы по вышеизложенным направлениям:

- соревнования;
- родительские собрания;
- тематические занятия, акции;
- беседы, дискуссии;
- просмотр обучающих видеофильмов.

Ожидаемые результаты воспитательной деятельности:

- возможности детей показать свои способности и добиться каких-либо успехов на соревнованиях учреждения, города;
- создание сплоченного коллектива объединения (с чувством доверия, ответственности друг за друга, взаимоуважения, взаимопомощи);
- развитие потребности у детей в ведении здорового образа жизни, занятий спортом, негативного отношения к вредным привычкам;
- уровень удовлетворенности родителей и обучающихся жизнедеятельностью объединения.

### *3.2. Работа с родителями (формы и методы)*

Кроме работы с детьми, педагог, реализующий данную программу, уделяет особое внимание работе с родителями, чья помощь всегда очень ценна. Родители могут принимать участие и помогать в организации совместных мероприятий, поездок, походов, экскурсий и т.д. Задача педагога – пробудить в родителях интерес к любимому делу своего ребенка и постоянно его укреплять.

Построение эффективного взаимодействия с родителями обучающихся образовательного процесса необходимо вести соблюдая правило: сначала готовим «почву» для развития сотрудничества, а потом приглашаем к сотрудничеству.

В работе педагога с родителями/законными представителями обучающихся используются такие формы работы, как:

- приглашение родителей на открытые занятия, соревнования, праздники и другие массовые мероприятия в объединении и Центре детского творчества;

- организация работы родительского комитета;
- привлечение к работе с родителями специалистов: психологов, социальных педагогов, врачей, педагогов.

### 3.3. Календарный план воспитательной работы

Месяц	Мероприятие
Сентябрь	1.«Неделя знакомств». 2. Родительское собрание.
Октябрь	1.Веселые старты «Папа, мама, я-спортивная семья!» 2.Беседа «Роль семьи в воспитании здорового ребенка». 3. Приглашение родителей на просмотр учебно-тренировочных занятий.
Ноябрь	1.Беседа «Режим дня». 2. Консультации по вопросам воспитания, учебно-тренировочному процессу.
Декабрь	Родительское собрание. Приглашение родителей на просмотр соревнований, учебно-тренировочных занятий, открытых занятий.
Январь	Консультации по вопросам воспитания, учебно-тренировочному процессу.
Февраль	Марафон «Равняемся на героев». Консультации по вопросам воспитания, учебно-тренировочному процессу.
Март	Концерт, посвященный Международному женскому дню «Ярче всех бриллиантов мира». Приглашение родителей на просмотр соревнований, учебно-тренировочных занятий, открытых занятий.
Апрель	Акция «Георгиевская ленточка». Итоговое родительское собрание.
Май	Концерт, посвященный Дню Победы «Мы помним!» Показательные выступления для родителей.

## 4. Организационный блок

Год обучения	Учебный период	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Даты начала и окончания реализации программы	Каникулярное время	
					Продолжительность каникул	Организация деятельности в каникулы
1 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
2 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
3 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях

чения	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
4 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
5 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания
6 год обучения	1-е полугодие	16	16	01.09.2022-30.12.2022	01.01.2023-09.01.2023	Участие в новогодних мероприятиях
	2-е полугодие	20	20	10.01.2023-31.05.2023	01.06.2023-31.08.2023	Работа профильных смен в лагере дневного пребывания

#### 4.1. Организационно-педагогические условия реализации программы

Для реализации программы необходимо:

##### Материально-технические условия:

- оборудованный спортивный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам;

- спортивный инвентарь: бортики флорбольные, клюшки флорбольные, ворота для флорбола (160-150см), гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, скакалки, мячи набивные (1-2кг), мячи флорбольные, фишки для обводки, манишки разного цвета

- спортивная форма, обувь;

- шкафы для хранения инвентаря;

- магнитофон;

- телевизор, видео (DVD) магнитофон;

##### Организация работы с родителями:

- приглашение родителей на открытые занятия, соревнования, праздники и другие массовые мероприятия в объединении и Центре детского творчества;

- организация работы родительского комитета;

- привлечение к работе с родителями специалистов: психологов, социальных педагогов, врачей, педагогов.

### ***Список литературы для педагога***

1. Железняк Ю.Д., Л.Н. Слупский «Волейбол в школе», Москва, «Просвещение» 2008.
2. Железняк Ю.Д., Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 2009г.
3. Лях В.И.. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 2000 г.
4. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. – Москва, «Физкультура и спорт» 2000 год.
5. Найминова Э.С. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г.

### ***Литература для родителей и обучающихся***

1. Клещев Ю.Н., А.Г. Фурманов Юный волейболист, М – «Физкультура и спорт» 1990г.
2. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе, М – «Физкультура и спорт» 2000 г.

