

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЗАТО АЛЕКСАНДРОВСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
ШКОЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «ЗВЕЗДА СЕВЕРА»

Рассмотрена на заседании
методического совета
« 23 » мая 2024 г.
протокол № 6



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «ООШ №2»

Выговская Т. В.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
спортивной направленности

«ФЛОРБОЛ»

(наименование)

модульная

(подвид)

Возраст обучающихся: 7–12 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор составитель программы:

Годеев Александр Сергеевич,
педагог дополнительного образования,
первая квалификационная категория

г. Полярный, 2024 г

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **физкультурно-спортивной направленности «Флорбол»** разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства образования и науки России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 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)»;
- Письмо Министерства просвещения РФ «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» от 31 января 2022 г. N ДГ-245/06;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «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».

Актуальность программы в доступности вне зависимости от степени материальной обеспеченности. Международный и российский флорбол не имеет ограничений по полу и возрасту, что дает возможность участия в официальных соревнованиях по установленным возрастным категориям уже на ранних стадиях подготовки.

Возможность достижения относительно высоких результатов на ранних стадиях и за короткий период, в отличие от традиционного ледового хоккея, предполагающего наличие особых персональных физических качеств обучаемого, дорогостоящего обучения и более высоких требований к профессиональной подготовке.

Строгие Правила Международного и Российского флорбола, исключают контакты игроков, приводящие к травмам, что создает благоприятные условия для широкого привлечения контингента обучаемых.

Воплощение в подготовке флорболистов элементов и систем подготовки по многим любимым и традиционным видам спорта (ледовый хоккей, бадминтон, теннис, легкая атлетика, баскетбол, волейбол и пр.) гармонично развивает физические и интеллектуальные способности обучаемых.

Обучение флорболу на ранних стадиях образования и воспитания дает знания и навыки в спортивной игровой дисциплине, воспитывает ответственность в коллективе не только за выполнение технических приемов, но и по психологической совместимости, поддерживает нормальное эмоциональное состояние и благополучие обучаемого.

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

Отличительные особенности программы:

Приобщение подрастающего поколения к физкультуре и спорту является наиболее важной проблемой в настоящее время. Флорбол – доступный вид спорта, не требующий больших материальных затрат и его популяризация позволит привлечь к занятиям спортом большое количество детей и подростков. Флорбол позволяет развивать у учащихся такие качества как быстрота, выносливость, ловкость, способность быстро находить и принимать правильные решения в разных ситуациях, правильно и быстро отвечать действиями на действия своего соперника.

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

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

Влияние флорбола на развитие личности ребёнка:

Флорбол, как и другие спортивные игры и упражнения способствуют укреплению здоровья детей, совершенствованию функций организма (дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем и т.д.). Способствует физическому развитию. Особо благоприятные условия часто создаются для развития точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве.

Помимо влияния флорбола непосредственно на организм ребёнка необходимо рассмотреть психологическую характеристику. Среди развивающихся во время игры в флорбол психических качеств, следует выделить *внимание, восприятие, волевые качества*.

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

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

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

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

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

Естественно, что ребёнок младшего школьного возраста характеризуется неустойчивостью и незрелостью развития данных качеств. Развитие этих качеств в наиболее активно происходит во время игры, в том числе спортивной. Отсюда, основное правило – основной методики обучения флорболу детей является игровая форма проведения занятий.

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

Уровень программы – базовый.

Возраст обучающихся: 7-12 лет.

Численность детей в группе от 10-12 человек.

Объем и срок освоения программы – программа предполагает 1 год обучения. Занятия проходят во внеурочное время, 1 раз в неделю по 2 часа с перерывом в 10 минут, всего 68 занятий.

Формы деятельности – групповые и индивидуальные.

Формы обучения – в ходе реализации программы применяется форма очного обучения.

Режим занятий - занятия проходят по 2 академических часа с перерывом в 10 минут 1 раз в неделю.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

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

Задачи дополнительной общеразвивающей программы «Флорбол»:

Образовательные

- Получение необходимых знаний по истории и идеологии игры, изучение Правил и Регламентов Мирового и Российского флорбола, получение знаний по теоретической и специальной подготовке флорболистов от начальных стадий до уровня профессиональной игры.

- Получение знаний, умений и навыков в индивидуальной и командной подготовке на данный период обучения. Формирования принципов достижения и развития навыков в игровой практике флорбола.

- Получение знаний о спортивной подготовке по флорболу в стране и за рубежом, формирование требований и критериев самоконтроля и самооценки для спортивной ориентации и профотбора в спортивных играх.

- Привитие знаний для индивидуального развития памяти, внимания, оперативного мышления, и воображения обучаемых.

Воспитательные

- Определять, развивать и воспитывать физические задатки и спортивности обучаемых.

- Формировать и воспитывать общую и спортивную (игровую) дисциплину и культуру поведения по общепринятым и специальным нормам и требованиям.

- Формировать и воспитывать психологическое и эмоциональное состояние индивидуально и в составе группы (команды) на основе восприятия критики преподавателя и коллектива, требований общей и спортивной этики поведения. Воспитывать психологическую совместимость в группе (команде) по принципу:

- «каждый для команды — команда для каждого».

- Профилактика асоциального поведения на базе общепринятых норм и требований воспитания.

Развивающие

- Развитие и укрепление физического и духовного состояния обучаемого с планомерной оценкой динамики роста соответствующих показателей диагностики.

- Развитие усердия, терпения и настойчивости в достижении результатов.

- Формирование и развитие коллективного результата игры и зависимости его от подхода и действий каждого обучаемого в группе (команде). Развитие творческого Подхода каждого обучаемого в достижении командных (групповых) результатов.

- Формирование и развитие чувства индивидуальной ответственности в действиях и результатах коллектива команды. Развитие понятия командной инициативы и активности.

- Развитие степени индивидуальной самооценки, самоконтроля.

- Формирование и развитие чувства ответственности обучаемого за нарушение Правил и Регламентов флорбола. а также общепринятых норм и требований к поведению.

Планируемые результаты:

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

Общая направленность подготовки юных спортсменов от этапа к этапу следующая:

- постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;

- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействия с партнерами;

- переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным для флорболистов;

- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;

- постепенное, планомерное увеличение объема тренировочных нагрузок;

- повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья.

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

- соревнование;

- игра;

- сдачи нормативов;

- упражнения;

Ожидаемые результаты:

В процессе обучения занимающиеся знают:

- правила безопасности на занятиях;

- основы личной гигиены, средства физической подготовки необходимые для развития физических качеств и укрепления здоровья;

- технику выполнения ведения мяча, передач, ударов;

- основные правила соревнования по флорболу;

- сведения о самоконтроле, теоретические основы выполнения технических элементов флорбола, формы и методы физкультурно-спортивной (двигательной) деятельности.

В процессе обучения занимающиеся умеют:

- владеть техникой передвижений;

- владеть техникой начальных видов ударов, передач;

- применять полученные знания и навыки на практике, в том числе на учебных занятиях, социальных мероприятиях и в организации своего собственного досуга.

3. УЧЕБНЫ ПЛАН

№	Наименование тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Общее	Теория	Практика	
1.	Введение. Флорболл –	2	2	-	Опрос, собеседование

	командный игровой вид спорта.				
2.	Оборудование инвентарь и уход за ним.	1	1	-	Тестирование
3.	Основы техники и тактики игры.	10	2	8	Собеседование, просмотр, наблюдение, показательный показ, сдача контрольных норм
4.	Методика обучения.	21		21	Просмотр
5.	Спортивный травматизм и его предупреждение.	1	-	1	Собеседование, просмотр
6.	Психологическая подготовка.	2	-	2	Собеседование, просмотр
7.	Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1	1		Собеседование
8.	Общая и специальная физическая подготовка.	28	3	25	Просмотр
9.	Судейская практика.	1	-	1	Просмотр
10.	Контроль подготовленности занимающихся.	1	-	1	Просмотр, сдача контрольных норм

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Введение. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.

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

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

Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

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

Тема 2. Спортивный травматизм и его предупреждение.

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

Тема 3. Основы техники и тактики игры.

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

Практические занятия. Тренировка ударов и бросков мяча. Техника ведения мяча различными способами. Техника передачи мяча различными способами. Сочетание

приема и удара по мячу в движении. Имитация ударов. Имитация перемещений. Игра в численном меньшинстве и большинстве. Сдача контрольных норм.

Тема 4. Методика обучения.

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

Тема 5. Оборудование инвентарь и уход за ним.

Практические занятия. Правила бережного ухода за инвентарем, профилактический ремонт спортивного инвентаря, оборудования ракеток, стоек, сеток.

Тема 6. Психологическая подготовка.

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

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

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

Тема 8. Общая и специальная физическая подготовка.

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

Тема 9. Контроль подготовленности занимающихся.

Контроль осуществляется в соответствии с нормами.

Тема 10. Судейская практика.

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

Контрольные упражнения и нормативы.

Проводятся согласно календарному плану мероприятий.

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ занятия п/п	Планируемая дата	Дата проведения занятия	Раздел и тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1. Введение. Флорболл – командный игровой вид спорта – 2 ч.					
1			Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Настольный теннис в Олимпийских играх. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	1	В ходе прохождения программы возможны замены тем занятий и их временные параметры.
2			Спортивный травматизм и его предупреждение.	1	
2. Оборудование инвентарь и уход за ним - 1 ч.					
3			Оборудование, инвентарь и уход	1	

			за ним.		
3. Основы техники и тактики игры – 10 ч.					
4			Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1	
5			Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Цели и задачи комплекса ГТО требования и нормы физкультурного комплекса.	1	
6			Общефизическая подготовка. Построение в шеренгу и колонну. Основная стойка.	1	
7			Изучение правил хвата мяча. Ведение мяча.	1	
8			Ведение мяча различными способами.	1	
9			Прием и передача мяча на месте.	1	
10			Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	1	
11			Основные приемы и упражнения по приему и остановке мяча.	1	
12			Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	1	
13			Техника выполнения удара, броска по мячу.	1	
4. Методика обучения – 21 ч.					
14			Правила хвата и использование его в игре.	1	
15			Имитация выполнения удара.	1	
16			Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1	
17			Имитация перемещений.	1	
18			Правила хвата и использование его в игре.	1	
19			Передвижение по залу в игре по направлениям. Учебная игра.	1	
20			Прием и передача мяча в парах на месте.	1	
21			Передвижения игрока приставными шагами, выпады, бег.	1	
22			Прием и передача мяча в парах в движении.	1	
23			Бег 10 минут. Передвижения игрока. Выпады с имитацией.	1	
24			Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	1	

25			Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	1	
26			Техника выполнения броска с места. Учебная игра.	1	
27			Техника выполнения броска в движении. Учебная игра.	1	
28			Техника движения ногами, руками в игре. Техника передачи мяча в движении.	1	
29			Техника приема и остановки мяча корпусом.	1	
30			Теория: теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	1	
31			Техника приема и остановки мяча корпусом, ногой и клюшкой.	1	
32			Тактические элементы игровых схем в обороне. Общие сведения о стандартных положениях.	1	
33			Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	1	
34			Теория: Понятия атаки, контратаки, обороны. Варианты игры в меньшинстве. Челночный без 3х9 м. Прыжки.	1	
5. Спортивный травматизм и его предупреждение – 1 ч.					
35			Техника остановки мяча с последующими способами ведения.	1	
6. Психологическая подготовка - 2 ч.					
36			Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1	
37			Правила проведения соревнований. Прыжки вперед с места, бег на выносливость.	1	
7. Правила игры, соревнования, их организация и проведение – 1 ч.					
38			Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	1	
8. Общая и специальная физическая подготовка – 28 ч.					
39			Теория: Варианты игры в большинстве.	1	
40			Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	1	
41			Игра с утяжеленными повязками на руке и поясе.	1	
42			Физическая подготовка	1	

			спортсмена: подтягивание, выпрыгивание из низкого приседа.		
43			Методы тренировки бросков, ударов по мячу, занятия с отягощением на руку. Навыки контроля своей подготовки.	1	
44			Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	1	
45			Судейство игры, методика судейства.	1	
46			Методика перехода от медленной игры к быстрой.	1	
47			Игровые упражнения 5х4 и 4х3.	1	
48			Ведение мяча, остановка, бросок по воротам.	1	
49			Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	1	
50			Выполнение тактической комбинации 2х1, 1х1.	1	
51			Выполнение тактической комбинации 2х1, 3х2 со сменой места.	1	
52			Виды стандартных положений. Специально беговые упражнения.	1	
53			Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	1	
54			Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Учебная игра.	1	
55			Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	1	
56			Прыжки через скакалку. Эстафеты с клюшкой.	1	
57			Игровые приемы во флорболе и способы их выполнения. Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	1	
58			Психологическая подготовка спортсмена.	1	
59			Подскоки, прыжки, подтягивание на высокой перекладине. Учебная игра.	1	
60			Передвижение по залу, в игре по направлениям. Учебная игра.	1	
61			Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического	1	

			характера в движении.		
62			Прыжковые упражнения и перемещения в стойке. Броски с левой и правой стороны клюшки.	1	
63			Длинная обводка стоек по большой дуге.	1	
64			Техника выполнения короткой обводки.	1	
65			Тактика игры атакующего. Учебная игра.	1	
66			Техника выполнения силовой обводки.	1	
9. Судейская практика – 1 ч.					
67			Судейство игры, методика судейства.	1	
10. Контроль подготовленности занимающихся – 1 ч.					
68			Контроль подготовленности занимающихся.	1	
			ВСЕГО	68	

6. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ КУРСА, ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ПРОГРАММЫ

Оценочные и методические материалы.

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

№ п/п	Разделы, темы	Формы занятия	Методы, приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал и техническое оснащение	Формы подведения итогов
1.	Физическая культура и спорт в России. История развития флорбола.	Беседа, доклад	Словесный, иллюстрированный, коллективно-групповой, индивидуальный	Фотографии	Работа по вопросам
2.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	Беседа. Комбинированная	Словесный, практический, наглядный, коллективно-групповой	Теннисные столы, ракетки, мячи, стойки	Тест
3.	Спортивный травматизм и его предупреждение	Беседа. Комбинированная	Словесный, практический, наглядный, коллективно-групповой,	Ворота, клюшки, мячи.	Доклад

			индивидуальный		
4.	Основы техники и тактики игры.	Комбинированная практическая	Словесный, практический, игровой, наглядный, коллективно-групповой, индивидуальный	Ворота, клюшки, мячи.	Контрольные упражнения
5.	Методика обучения	Комбинированная, практическая	Словесный, практический, наглядный, коллективно-групповой, индивидуальный	Ворота, клюшки, мячи.	Практическая работа
6.	Оборудование инвентаря и уход за ним	Беседа практическая	Словесный, наглядный, коллективно-групповой, индивидуальный	Ворота, клюшки, мячи.	Практическая работа
7.	Психологическая подготовка	Беседа, практические	Словесный, групповой, индивидуальный	Фотографии	Практическая работа
8.	Правила игры, соревнования, их организация и проведение	Практические беседы	Словесный, наглядный, практический, групповой, индивидуальный	Спортивный инвентарь	Тест
9.	Общая и специальная физическая подготовка	Практические	Словесный, наглядный, практический, групповой, индивидуальный	Ворота, клюшки, мячи.	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
10.	Контроль подготовленности занимающихся	Практические	Практический, групповой, индивидуальный	Спортивный инвентарь	Соревнования
11.	Судейская практика	Практические	Практический, групповой, индивидуальный	Спортивный инвентарь	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
12.	Контрольные упражнения и соревнования	Практические	Практический, групповой, индивидуальный	Спортивный инвентарь	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность

Материал для проверки знаний по теоретической подготовке

Проверка знаний учащихся проводится в конце учебного года в виде устных ответов по разработанным билетам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?

5. В какой цвет должен быть окрашен мяч?
6. Сколько таймов в одном матче?
7. Какие бывают броски?
8. Какими бывают передачи?
9. В каком году образовался флорбол?
10. Сколько длится матч?
1. Какие травмы можно получить при занятиях спортом?
2. Признаки переутомления?
3. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
4. Спортивная одежда флорболиста?
5. Основные правила в флорболе?
6. Что такое стандартное положение?

1. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
2. Для чего нужен дневник самоконтроля?
3. Первая помощь при вывихе?
4. Из чего состоит флорбольный матч?
5. Какие дополнительные правила используются в игре ?
6. От чего зависит выбор тактики в игре?
7. Назовите самую титулованную команду в флорболе.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Быков А.В. Классификация техники игры вратаря и исследование соревновательной деятельности голкиперов высокой квалификации во флорболе / А.В. Быков, А.А. Ленин // Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта. 2008. № 10. С.14-16.

2. Быков А.В. Анализ игр чемпионатов мира по флорболу среди женских и мужских команд (1996-2009): история, статистика, результативность, рейтинг/ А.В. Быков, Л.Н. Сутугина, Н.А. Трухин // Ученые записки университета им.П.Ф. Лесгафта. 2010. № 11 (69). С. 19-23.

3. Быков А.В. Характеристика матчей финальных турниров кубка европейских чемпионов по флорболу / А.В. Быков, Л.Н. Сутугина, Н.А.Трухин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 12 (70).С. 20-23.

4. Быков А.В. Кубок европейских чемпионов по флорболу: история, этапы развития, система розыгрыша / Быков А.В., Трухин Н.А., Сутугина Л.Н. //Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. № 1 (71). С. 28-31.

5. Быков А.В. Стратегия и тактика в командных игровых видах спорта /Быков А.В. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. № 12(82). С. 44-50.

6. Быков, А.В. Базовые элементы техники владения клюшкой и мячом во флорболе. Часть 1: ведение, передача, прием [Электронный ресурс]:Электронное учебное пособие / А.В. Быков, А.П. Скирденко; Сев (Арктич.)федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск: САФУ имени М.В.Ломоносова, 2015.

7. Быков А.В. Базовые элементы техники владения клюшкой и мячом во флорболе. Часть 2: бросок, удар, обводка, перехват, отбор, спорный мяч[Электронный ресурс]: Электронное учебное пособие /А.В. Быков, А.П.Скирденко; Сев (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск:САФУ имени М.В. Ломоносова, 2016.

8. Быков А.В. Техника игры вратаря во флорболе [Электронный ресурс]:Электронное учебное пособие /А.В. Быков, А.П. Скирденко, А.А. Ленин; Севбз(Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Архангельск: САФУ имени М.В.Ломоносова, 2019.

- 9.** Быков А.В. Флорбол – командный игровой вид спорта. История развития / А.В. Быков // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2021. № 4. С. 90-97.
- 10.** Быстров В.А. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов / В.А. Быстров. М.: Terra-Спорт, 2000. - 64 с.
- 11.** Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.
- 12.** Комков А.Г. Методические особенности начального обучения во флорболе / А.Г. Комков, А.В. Быков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2007. № 1. С. 66-70.
- 13.** Климберг Е.Е. Динамика физического развития юных спортсменок г. Архангельска на начальном этапе обучения игре в флорбол / Е.Е. Климберг, Н.И. Ишекова // Экология человека. 2009. № 8. С. 38-43.
- 14.** Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 543 с, ил.
- 15.** Никонов, Ю.В. Подготовка юных хоккеистов : учеб. пособие / Ю.В. Никонов. - Минск: Асар, 2008. - 320 с.
- 16.** Обучение дошкольников флорболу: методические рекомендации / [авт.-сост.: А. В. Быков и др.]. – Череповец: [ЧГУ], 2018.- 48 с.: ил., табл. – (Фонд президентских грантов).
- 17.** Олин В.Н. Презентация нового вида спорта: отличное настоящее и великое будущее флорбола / В.Н. Олин, А.В. Олин // Теория и практика физ. культуры. - 2004. - № 7. - С. 26, 39-42.
- 18.** Олин В.Н. Флорбол. Техника, тактика, методика тренировки: учебное пособие / В.Н. Олин – часть 1. – СПб: издательство СПбГУСЭ, 2007. – 100 с.
- 19.** Олин В.Н. Технологии спортивной тренировки во флорболе: монография / В.Н. Олин. Москва — Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 236 с.
- 20.** Савин В.П. Теория и методика хоккея: Учебник для студентов высших учебных заведений / В.М. Савин. М.: Академия, 2003. - 400 с.
- 21.** Сутугина Л.Н. Техническая подготовка детей во флорболе 8-10 лет: учебно-методическое пособие. – Северодвинск: РИО Севмашвуза, 2011.-42 с.
- 22.** Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта флорбол: приказ [принят Минспортом России от 30.06.2021 № 486: зарегистрирован в Минюсте России 28.07.2021 № 64422]. - М.: Министерство спорта РФ, 2021. –27 с.
- 23.** Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000 - 480 с