

Управление образования администрации  
Сергиево-Посадского городского округа Московской области  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1»  
юридический адрес: 141300, Московская область  
г. Сергиев Посад, ул. 1-ой Ударной Армии, д. 93  
Тел. факс 8(496)-542-07-40  
e-mail: serpo\_mbou\_1@mosreg.ru  
фактический адрес: 141300, Московская область  
г. Сергиев Посад, ул. 1-ой Ударной Армии, д. 93  
структурное подразделение: 141309, Московская область  
г. Сергиев Посад, ул. Н. Громова, д.1  
структурное подразделение: 141337, Московская область  
Сергиево-Посадский городской округ, с. Мишутино, д.6А  
структурное подразделение (дошкольное отделение): 141337, Московская область  
Сергиево-Посадский городской округ, с. Мишутино, д.12А  
структурное подразделение (дошкольное отделение): 141310, Московская область  
г. Сергиев Посад, Зеленый переулок, д.25А  
структурное подразделение (дошкольное отделение): 141310, Московская область  
г. Сергиев Посад, ул. Валовая, д.25А

---

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ № 1»  
Егорова С.В.  
Приказ от «13» мая 2024 г. №113/1-у

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно - спортивной направленности**

**Флорбол**

**стартовый уровень**

**Возраст обучающихся: 7 – 12 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Гурьева Елена Сергеевна

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Флорбол (далее - Программа) - физкультурно - оздоровительной направленности.

Уровень Программы – стартовый.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами, регулирующими педагогический процесс в области дополнительного образования.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативными правовыми документами:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК — 641/09 «О направлении методических рекомендаций»
5. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области. Письмо Министерства образования Московской области от 24.03.2016 № Исх-3597/21в.
6. Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
7. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.

8. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человеческих факторов среды обитания»
9. Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 26.08.2013 № 10825 – 13 в/07 «Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области».
10. Устав МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1».

**Актуальность** дополнительной общеразвивающей программы «Флорбол» (далее - программа) определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы физического развития школьников. Проблемой физического воспитания подрастающего поколения является обеспечение глубокого понимания необходимости здорового образа жизни, необходимости расширения физкультурной и спортивной работы, улучшения её организации по месту жительства и учёбы. Большое значение здесь имеет формирование у учеников стремления к физическому самосовершенствованию.

#### **Новизна и отличительные особенности Программы**

Новизна программы связана с небольшой известностью этого вида спорта, а поэтому интересен. Кроме того он развивает такие двигательные качества, как координация, гибкость, скоростные и скоростно-силовые способности. Программа, опираясь на особенности развития флорбола, как вида спорта, использует основные методические положения для реализации задач физического воспитания студентов. 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.

**Педагогическая целесообразность** заключается в развитии разнообразных умений и навыков, таких как моторика, умственные способности, понимание сути игры и социальные навыки. Соответствует возрасту, возможностям и интересам детей.

**Адресат Программы, возрастные особенности обучающиеся 7-12 лет** не разделяемые по гендерному признаку.

#### **Цель**

Общая цель программы – пропаганда здорового образа жизни, оздоровление организма посредством гармоничного физического развития (развитие мускулатуры).

- гармоничное и пропорциональное развитие формы тела;
- развитие скорости, ловкости, выносливости;
- развитие массы, рельефа мышц;
- совершенствование координационных способностей.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие***

- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями избранного вида спорта и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального образа жизни;
- способствовать достижению пропорциональной массы тела;
- способствовать развитию в отдельности каждой мышцы, группы мышц, части тела;
- откорректировать отстающие группы мышц.
- совершенствование функциональных возможностей организма посредством направленной общеприкладной и спортивно-рекреационной подготовки, организации педагогических воздействий на развитие основных биологических и психических процессов;

•

#### ***воспитательные***

- формирование навыков здорового образа жизни;
- воспитание индивидуальных психических черт и особенностей общения в коллективе;
- создание представлений об индивидуальных психосоматических и психосоциальных особенностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья, поддержки оптимального функционального состояния;
- соблюдение гигиены физкультурной деятельности, профилактика травматизма, коррекции осанки и телосложения;

#### ***развивающие***

- формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой с различной функциональной и социально ориентированной направленностью.

### **Особенности организации образовательного процесса**

#### ***Режим реализации Программы***

Срок реализации Программы	– 1 год
Язык преподавания	– русский
Форма организации педагогического процесса	– занятие
Форма обучения	– очная
Возраст обучающихся	7-12 лет
Количественный состав группы	–

Состав группы	– постоянный, разновозрастный	
Количество учебных часов	в неделю	в год
	– 2	– 72

**Формы организации образовательного процесса:** групповая, мелкогрупповая.

**Типы занятий:** комбинированный, теоретический, практический, диагностический, контрольный, тренировочный и др.

**Формы организации занятия:** беседа, мастер-класс, защита тренинг, экскурсия, практическое занятие, соревнование, и пр.

**Формирование контингента:**

контингент формируется без предварительного отбора, в соответствии с медицинскими показаниями;

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№	Тема	Количество учебных часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Общефизическая подготовка	10	0.1	0,59	Сдача норм комплекса ГТО
2.	Прием, передача, ведение, броски мяча	6	0.1	5.9	
3.	Тактические действия в защите, нападении	5	0.1	4.9	
4.	Судейство	1	1	0	
5.	Учебно – тренировочная игра	10	0	10	
6.	Финты	2	0	2	
7.	Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки.	1	1	0	

8.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1	0	
9.	Спортивный травматизм и его предупреждение. Оборудование, инвентарь и уход за ним.	1	1	0	
10.	Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	1	1	0	
11.	Теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	1	1	0	
12.	История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	1	1	0	

## СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Введение.

История создания и развития флорбола за рубежом и в России.

*(2 часа. Теория)*

Тема 2. Спортивный травматизм и его предупреждение.

*(3 часа. Теория)*

Тема 3. Основы техники и тактики игры.

*(1 5 часов. Практика)*

Тема 4. Методика обучения.

*(10 часов. Практика)*

Тема 5. Оборудование инвентарь и уход за ним.

*(2 часа. Практика)*

Тема 6. Психологическая подготовка.

*(6 часов. Практика)*

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

*(8 часов. Теория):*

Тема 8. Общая и специальная физическая подготовка.

*(15 часов. Теория):*

Тема 9. Контроль подготовленности занимающихся.

*(4 часа. Практика)*

Тема 10. Судейская практика.

*(5 часов. Практика)*

### ***Ожидаемые результаты освоения 1 года обучения Программы.***

**Обучающиеся должны** овладеть основами знаний, определяемых программой; овладеть практическими навыками игры;

- достичь допрофессиональную компетентность; сформировать положительный интерес к систематической тренировке.

## **Сформированные универсальные учебные действия**

### **Личностные**

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.

### **Познавательные**

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

### **Коммуникативные**

умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Регулятивные**

умения организовывать собственную деятельность, с учетом требований ее безопасности, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

## **Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов (формы контроля, оценочные материалы)**

### **Виды контроля:**

- входящий;
- текущий;
- тематический;

## **Виды контроля:**

**Входящий.** Проводится в объединении на первых занятиях. Осуществляется с помощью методики индивидуального диагностического собеседования, метода включенного наблюдения, отслеживания личностных качеств на занятиях и составления на всех обучающихся индивидуальных характеристик.

**Текущий.** Проводится после изучения каждого раздела курса. Данный вид контроля производится в виде тестирования, опроса, повседневного систематического наблюдения; соревнований, сдачи нормативов.

**Тематический.** Проводится в виде зачётного занятия (сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке, специальной физической подготовке и теоретической подготовки), участия в соревнованиях различного уровня и масштаба.

**Итоговый.** (промежуточный).

## **Способы проверки образовательной программы:**

- еженедельное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в соревнованиях.

## **Формы подведения итогов реализации образовательной программы:**

- Контрольные тесты и упражнения проводятся всего учебного - тренировочного годового цикла 3-4 раза в год,
- соревнования школьного.

## **Формы и способы фиксации результатов:**

- протоколы достижений учащихся.

### **1. Таблица оценок физической подготовленности занимающихся (мальчики и девочки)**

Возраст	Уровень физической подготовленности					
	сформирован		на стадии формирования		Не сформирован	
	100%		70-85%		50% и ниже	
	5 баллов		3 балла		1 балл	
<b>Тест 1. Бег 30м (сек.)</b>						
7-8	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
	8,1 и ниже	8,3 и ниже	8,7-9,2	8,9-9,4	10 и выше	10,2 и выше
9-10	6,9 и ниже	7,2 и ниже	7,6-8,1	7,9-8,4	9,0 и выше	9,3 и выше
11-12	6,4 и ниже	6,8 и ниже	7,0-7,5	7,4-7,9	8,4 и выше	8,8 и выше
13-14	5,6 и ниже	6,0 и ниже	6,2-6,7	6,6-7,0	7,5	7,8

Тест 2. Подъем туловища в сед (количество раз за 30 сек)						
7-8	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
	12 и выше	11 и выше	9-10	7-8	5 и ниже	3 и ниже
9-10	13 и выше	12 и выше	10-11	9-10	6 и ниже	5 и ниже
11-12	15 и выше	13 и выше	11-12	10-11	7 и ниже	6 и ниже
13-14	16 и выше	15 и выше	12-13	11-12	8 и ниже	7 и ниже
Тест 3. Прыжок в длину с места (см)						
7-8	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
	85 и выше	80 и выше	63-73	56-67	48 и ниже	41 и ниже
9-10	105 и выше	95 и выше	83-93	73-83	68 и ниже	55 и ниже
11-12	122 и выше	110 и выше	96-208	88-98	79 и ниже	73 и ниже
13-14	130 и выше	123 и выше	104-116	99-110	87 и ниже	84 и ниже
Тест 4. Наклон вперед из положения, сидя на полу.						
7-8	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
	4	5	3	3	2 и ниже	2 и ниже
9-10	8	9	7	7	6 и ниже	6 и ниже
11-12	14	14	12	12	10и ниже	10и ниже
13-14	16 и выше	18 и выше	14	16	13 и ниже	15 и ниже

### **Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

открытые занятия, соревнования, учет технических заданий, теоретических знаний.

### **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

#### **Используемые педагогические технологии**

1. Здоровьесберегающие технологии обеспечивают сохранение здоровья учащихся, формирование знаний о здоровом образе жизни и гигиене, а также использование полученных знаний в повседневной жизни.

Здоровьесберегающие технологии в флорболе - технологии, направленные на решение приоритетной задачи за сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса: детей, педагогов и родителей.

2. Игровые технологии делают занятия интереснее и увлекательнее, учитывая возрастные особенности учащихся.
3. Соревновательные технологии стимулируют максимальное проявление двигательных способностей учащихся, повышение уровня двигательной активности.

### **Методы обучения и воспитания**

*При выборе методов ведения занятия используются:*

- Фронтальный способ - упражнения выполняются одновременно всеми обучающимися. Его преимущество - большой охват детей, достижение высокой плотности занятия и большой нагрузки. Фронтальный способ является лучшим для коллективного выполнения упражнений, когда все дети одновременно выполняют распоряжение или команду педагога;

#### **- Метод целостного упражнения.**

Применяется на любом этапе обучения. Сущность его состоит в том, что техника двигательного действия осваивается с самого начала в целостной своей структуре без расчленения на отдельные части. Целостный метод позволяет разучивать структурно несложные движения (например, бег, простые прыжки, общеразвивающие упражнения и т.д.). Целостный метод можно осваивать отдельные детали, элементы или фазы не изолированно, а в общей структуре движения, путем акцентирования внимания обучающихся на необходимых частях техники.

#### **- Метод подводящих упражнений.**

Подводящие упражнения используются для облегчения усвоения целостного двигательного акта через предварительное решение серии частных образовательных задач. Это достигается тогда, когда такие упражнения содержат сходные по структуре нервно-мышечных напряжений элементы целостного действия. Подводящие упражнения способствуют накоплению в центральной нервной системе следовых эффектов, простых временных связей, которые вследствие однородности и координационной общности с основным упражнением могут облегчить его освоение.

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

### **Алгоритм учебного занятия**

В *подготовительной* части решаются две задачи: подготовка организма и подведения к решению основной части занятия. Для решения первой задачи применяются упражнения, способствующие повышению температуры тела и скелетных мышц, что приводит к усилению кровообращения и дыхания, подвижности в суставах и многому другому, что необходимо для выполнения заданий основной части. Для разогревания используются общеразвивающие

упражнения – легкий бег, общеразвивающие упражнения, в которых вначале участвует небольшое количество групп, затем следует переходить к упражнениям, в которых задействовано все большее и большее их количество: упражнения кисти пальцев рук – сжимать, разжимать; сгибать, разгибать; вращать и лучезапястных, локтевых, плечевых суставах. То же с упражнениями для ног: вначале упражнения, в которых участвуют голеностопные суставы, затем коленные и тазобедренные. Затем упражнения для мышц живота и спины. Затем упражнения, в которых задействовано большое количество групп мышц. Количество упражнений, как и длительность этой части разминки, во многом будет зависеть от возраста занимающихся, этапа подготовки, места и условий проведения занятия.

Во второй части разминки следует выполнять такие упражнения, которые помогут настроиться на выполнение задач основной части занятия. Они во многом будут зависеть от уровня подготовленности обучающихся.

В *основной части* занятия решаются задачи конкретного учебного занятия: обучения элементам технических действий, воспитания физических качеств.

В *заключительной части* занятия внимание уделяется игровому методу, для закрепления и развития физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков. Также, в этой части решается задача восстановления обучающегося после выполненной им работы в основной части занятия. В этой части вся работа выполняется в спокойном, равномерном темпе, включается выполнение упражнений на расслабление, растягивание.

## **МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Ворота для игры в флорбол-2 шт.
2. Ключки -20 шт.
3. Мячи для флорбола-30 шт.
4. Мячи для футбола-10 шт.
5. Мячи для баскетбола-10 шт.
6. Набивные мячи-18 шт.
7. Скакалка гимнастическая -18 шт.
8. Гантели-10 пар.
9. Стойки-конусы-15 шт.

## **КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

2 варианта:

1. Занятия ведет педагог дополнительного образования Гурьева Елена Сергеевна  
Образование: высшее

Профессиональная переподготовка – нет  
Повышение профессиональной квалификации - «Учитель физической культуры» 2022 год.

## ЛИТЕРАТУРА

### Литература для педагога

1. Баженов А. К Флорбол правила игры и толкования. / Баженов А. К — 2-е. — Москва: Спорт Академ Пресс , 2018 — 60 с.
2. Григорьев, Д. В., Степанов, П. В. «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. ФГОС». / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов — 2-е издание. — Москва: «Просвещение», , 2019 — 223 с.
2. Долинская А. В. « Спортивные кружки и секции: Программы для внешкольных учреждений» [Текст] / Долинская А. В. — 3-е. — Москва: Просвещение , 2017 — 432 с.
3. Костяев, В. А. Флорбол. Правила игры [Текст] / В. А. Костяев — 1-е. — Москва: Москва, 2018 — 60 с.
4. Организация и методика занятий школьников в секции ОФП по месту жительства : Учеб.-метод. пособие / Гос. ин-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, Каф. теории и методики физ. культуры; [Сост. Л. В. Шапковой]. - Ленинград : Б. и., 1986. - 62,[2] с.; 22 см.
5. Под ред. В.А. Горского. ФГОС Примерные программы начального образования [Текст] / Под ред. В.А. Горского. — 3-е. — Москва: Просвещение, 2020 — 218 с.

### Литература для обучающихся и родителей (законных представителей)

1. Баженов А. А. Флорбол: правила игры / пер. с англ. — М.: Советский спорт, 2019 – 58 с.
2. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность "Подготовка к сдаче комплекса ГТО" / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий — 2-е. —Москва: Просвещение, 2021 — 128 с.

3. Под ред. В.А. Костяева Флорбол. Правила соревнований (учебно-методическое пособие). [Текст] / Под ред. В.А. Костяева — 2-е. — Архангельск: Издательский центр СГМУ, 2019 — с.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

*Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа*

*Флорбол*

**Уровень программы - базовый**

**Год обучения – 2024-2025**

**Педагог дополнительного образования - Гурьева Елена Сергеевна**

№ п/п	Месяц	Неделя месяца	Форма занятия	Кол-во	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	1	Теоретическое	2	Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. История создания и развития флорбола за рубежом и в России.	МБОУ «СОШ 1»	опрос
2.		2	Теоретическое	2	Спортивный травматизм и его предупреждение. Оборудование, инвентарь и уход за ним. Правила игры, соревнования, их	МБОУ «СОШ 1»	опрос

					организация и проведение. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.		
3.		3	Практическое	2	Общефизическая подготовка. Построение в шеренгу и колонну. Основная стойка. Изучение правил хвата мяча. Ведение мяча. Ведение мяча различными способами.	МБОУ «СОШ 1»	тестирование
4.		4	Практическое	2	Прием и передача мяча на месте. Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	МБОУ «СОШ 1»	тестирование
5.	октябрь	1	Практическое	2	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	МБОУ «СОШ 1»	
6.		2	Практическое	2	Техника выполнения удара, броска по мячу. Правила хвата и использование его в игре.	МБОУ «СОШ 1»	
7.		3	Практическое	2	Имитация выполнения удара. Имитация перемещений. Правила игры, соревнования, их организация и проведение.	МБОУ «СОШ 1»	
8.		4	Практическое	2	Передвижение по	МБОУ	

					залу в игре по направлениям. Учебная игра.	«СОШ 1»	
9.	ноябрь	1	Практическое	2	Передвижения игрока приставными шагами, выпады, бег. Прием и передача мяча в парах на месте.	МБОУ «СОШ 1»	
10.		2	Практическое	2	Прием и передача мяча в парах в движении.	МБОУ «СОШ 1»	
11.		3	Практическое	2	Бег 10 минут. Передвижения игрока. Выпады с имитацией. Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра.	МБОУ «СОШ 1»	
12.		4	Практическое	2	Техника выполнения удара по мячу. Учебная игра. Техника выполнения броска с места.	МБОУ «СОШ 1»	
13.	декабрь	1	Практическое	2	Техника выполнения броска в движении. Учебная игра.	МБОУ «СОШ 1»	тестирование
14.		2	Практическое	2	Техника движения ногами, руками в игре. Техника передачи мяча в движении. Техника приема и остановки мяча корпусом.	МБОУ «СОШ 1»	
15.		3	Теоретическое	2	Теория: теоретические разборы тактических схем и установок на игру.	МБОУ «СОШ 1»	опрос
16.		4	Практическое	2	Техника приема и остановки мяча	МБОУ «СОШ 1»	сдача контрольных

					корпусом, ногой и клюшкой.		нормативов
17.	январь	1	Практическое	2	Тактические элементы игровых схем в обороне. Общие сведения о стандартных положениях. Учебная игра по совершенствованию ведения, передачи и броска.	МБОУ «СОШ 1»	
18.		2	Практическое	2	Понятия атаки, контратаки, обороны. Варианты игры в меньшинстве. Челночный бег 3х9 м. Прыжки.	МБОУ «СОШ 1»	
19.		3	Практическое	2	Техника остановки мяча с последующими способами ведения. Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	МБОУ «СОШ 1»	
20.		4	Практическое	2	Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	МБОУ «СОШ 1»	
21.	февраль	1	Теоретическое	2	Теория: Варианты игры в большинстве.	МБОУ «СОШ 1»	
22.		2	Практическое	2	Техника приема мяча на ходу с последующим ведением до удара.	МБОУ «СОШ 1»	
23.		3	Практическое	2	Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки. Судейство игры.	МБОУ «СОШ 1»	тестирование
24.		4	Практическое	2	Игровые	МБОУ	

					упражнения 5х4 и 4х3. Ведение мяча с ходу с броском по воротам. Ведение мяча с ходу с броском по воротам.	«СОШ 1»	
25.	март	1	Практическое	2	Выполнение тактической комбинации 2х1, 1х1, 3х2 со сменой места.	МБОУ «СОШ 1»	
26.		2	Практическое	2	Виды стандартных положений. Розыгрыш стандартных положений. Специально беговые упражнения.	МБОУ «СОШ 1»	
27.		3	Практическое	2	Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	МБОУ «СОШ 1»	
28.		4	Практическое	2	Техника броска мяча в одно касание после передачи мяча. Стили игры: нападение, защита, комбинированная игра. Учебная игра.	МБОУ «СОШ 1»	тестирование
29.	апрель	1	Практическое	2	Игровые приемы во флорболе и способы их выполнения. Челночный бег 3х9 м. Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	МБОУ «СОШ 1»	
30.		2	Практическое	2	Физическая подготовка спортсмена: подтягивание,	МБОУ «СОШ 1»	

					выпрыгивание из низкого приседа. Учебная игра.		
31.		3	Практическое	2	Передвижение по залу, в игре по направлениям. Эстафеты с клюшкой и мячом. Упражнения динамического характера в движении. Прыжковые упражнения и перемещения в стойке. Броски с левой и правой стороны клюшки.	МБОУ «СОШ 1»	
32.		4	Практическое	2	Длинная обводка стоек по большой дуге. Техника выполнения короткой обводки.	МБОУ «СОШ 1»	
33.		1	Практическое	2	Тактика игры атакующего. Техника выполнения силовой обводки. Учебная игра	МБОУ «СОШ 1»	
34.		2	Практическое	2	Техника нападения ведения мяча восьмеркой. Техника защиты отбор мяча ногой и клюшкой.	МБОУ «СОШ 1»	сдача контрольных нормативов
35.		3	Практическое	2	Передачи мяча в парах, тройках на месте и в движении. Совершенствование отбора мяча. Бросок мяча на месте и в движении.	МБОУ «СОШ 1»	
36.	май	4	Практическое	2	Удары мяча на месте и в движении. Передачи мяча в	МБОУ «СОШ 1»	Сдача норм комплекса ГТО

					парах, тройках.		
<b>ИТОГО</b>				72			

## Приложение № 1

### **ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ**

#### **Общие критерии оценивания результатов:**

- Владение знаниями по программе, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности. Основной показатель работы – выполнение в конце каждого года обучения программных требований по уровню подготовленности занимающихся.

- Активность. Участие в соревнованиях школьного и районного уровня.
- Умение работать в коллективе, в команде.
- Уровень воспитанности и культуры учащихся.
- Спортивный рост и личностные достижения воспитанников.

#### **-Критерии замера прогнозируемых результатов:**

- Педагогическое наблюдение.
- Проведение открытых занятий с их последующим обсуждением.
- Проведение итоговых календарных и контрольных игр, обобщение, обсуждение результатов. Календарные и контрольные игры представляют огромную роль при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая степень учебных игр с заданиями.

- Участие в соревнованиях.