# Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 578 Приморского района Санкт-Петербурга

«СОГЛАСОВАНА»

Заведующий ОДОД

ГБОУ школы № 578

Приморского района

Санкт-Петербурга

#### «РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА»

Педагогическим Советом ГБОУ школы № 578 Приморского района

Санкт-Петербурга

Д.В.Кузьмина (протокол от 29.08.2019 г. №

«УТВЕРЖДЕНА»

Приказом ГБОУ школы 578 Приморского района

Сант-Петербурга от 30.08 2019 г∕№ 343-Д

Дирокторуми Е.И.Зимина

# ВНЕСЕНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

#### «РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА»

Педагогическим Советом ГБОУ школы № 578

Приморского района Санкт-Петербурга

(протокол от 30.08.2022 г. № 15)

# «УТВЕРЖДЕНА»

Приказом ГБОУ школы 578 Приморского района

Санкт-Петербурга

31.08.2022 г. № 215-Д

Е.И.Зимина Директор /

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

«ФЛОРБОЛ»

Возраст учащихся от 7-до 12 лет

Срок реализации программы: 3 года

Разработчики программы: Шарапов Юрий Сергеевич Педагог дополнительного образования Сальников Вадим Сергеевич Педагог дополнительного образования

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Флорбол" имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа базовая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

<u>Новизна</u>: заключается в обучении новому для России официальному игровому виду спорта, вызывающему интерес у широких слоев населения по физической доступности, спортивному азарту и перспективе развития и состоит:

- в сравнительно небольшом периоде начального обучения, дающем умения и навыки игры в любительских коллективах без ограничения возраста и пола;
- в достаточности начального периода обучения для объективного отбора с целью продолжения обучения и подготовки профессиональных игроков;
- в доступности к участию в соревнованиях в данных возрастных категориях на ранних стадиях подготовки по мере готовности;
- в быстром развитии флорбола в стране и за рубежом.

# Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Законом Санкт-Петербурга от 17.07 2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге";
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726- р;
- Порядком осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами, утвержденным приказом Министерства Просвещения РФ от 23.03.2020 №117;
- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196;
- Порядком осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 13.09.2013 № 1065;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации»;
- Письмом Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 14.08.2020 г. № 03-28-6734/20-0-0
   «О подготовке к началу нового 2020/2021 учебного года»;

- Письмом Минпросвещения России «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных технологий» (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий») от 07.05.2020 № ВБ-976/04;
- Письмом Минпровсещения России «О направлении рекомендаций» (вместе с «Рекомендациями по особенностям организации образовательного процесса во втором полугодии 2020/21 учебного года в условиях профилактики предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции в организациях, реализующих основные и дополнительные общеобразовательные программы», «Рекомендациями по созданию условий для повышения мотивации участников образовательных программ различных направленностей и организации внеурочной деятельности во втором полугодии 2020-2021 учебного года», «Рекомендациями по организации психолого-педагогического сопровождения участников образовательных отношений во втором полугодии 2020-2021 учебного года») от 25.01.2021 № ТВ-92/03;
- Постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 13.03.2020 № 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (C0V1D-19)»;
- Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 13.07.2020 г. № 20 «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020-2021 годов»;
- Санитарными правилами (СП 2.4.3648-20), «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 № 28;
- Санитарными правилами и нормами (СанПиН 1.2.3685-21), «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
- Распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03. 2017 г.
   № 617-Р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Регламентом безопасной реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Отделении дополнительного образования детей Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней

общеобразовательной школы № 578 Приморского района Санкт-Петербурга, в том числе санитарно–гигиенической безопасности, в целях противодействия распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19);

Уставом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 578 Приморского района Санкт-Петербурга (далее – Образовательное учреждение) и другими локальными актами Образовательного учреждения.

#### Актуальность программы

Реализация одного из приоритетных направлений политики государства: пропаганда занятий физкультурой и оздоровление нации. 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 учащихся. Строгие правила международного и российского флорбола исключают контакты игроков, приводящие к травмам, что создает благоприятные условия для широкого привлечения контингента учащихся. Обучение флорболу на ранних стадиях образования и воспитания дает знания и навыки в спортивной игровой дисциплине, воспитывает ответственность в коллективе, поддерживает нормальное эмоциональное состояние и благополучие ребенка.

<u>Педагогическая целесообразность</u> позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

# ЦЕЛЬ:

Формирование разносторонне и физически гармонично-развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, адаптированной к современным условиям спортивной жизни посредством обучения флорболу, воспитание профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

## ЗАДАЧИ:

## Образовательные:

- обучить техническим и тактическим навыкам игры в флорбол;
- дать знания в области истории и развития флорбола;
- обучить правилам игры;
- обучить комплексам общефизических и специальных упражнений;
- обучить правилам судейства и жестам судей;
- выявить способных и одаренных учащихся.

#### Воспитательные:

- -выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи.
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям избранным видом спорта;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

#### Развивающие:

- развить основные физические качества, двигательные умения и навыки;
- -развить воображение, произвольное внимание, зрительную память, глазомер учащихся;
- -развить у учащихся «чувство клюшки и мяча».

**Условия набора в коллектив**: принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом.

**Условия формирования групп**: разновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения (тестирование, собеседование)

# Условия реализации программы:

Программа рассчитана на детей и подростков от 7 до 11 лет.

Срок реализации программы - 3 года.

Количество учащихся в группах: 1 года обучения - не менее 15 человек,

2 год обучения – не менее 12 человек,

3 год обучения – не менее 10 человек.

Учебно-тренировочная нагрузка на группу

- 2 раза в неделю по 2 часа 1 год обучения, для детей 7-9 лет 144 часа в год,
- 2 раза в неделю по 2 часа 2 год обучения, для детей 8-10 лет 144 часа в год,
- 2 раза в неделю по 2 часа 3 год обучения, для детей 9-11 лет 144 часа в год.

## Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- · фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- · групповая: организация работы (игра в парах, судейство) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач;
- · индивидуальная: работа с одаренными детьми и отработка отдельных навыков;

<u>Форма организации учащихся на занятии</u>: групповая, игровая, индивидуально-игровой, в парах. <u>Форма проведения занятий</u>: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

#### Материально-техническое оснащение программы:

Для занятий по программе требуется:

# спортивный школьный зал 12х24

# спортивный инвентарь и оборудование:

- набивные мячи
- перекладины для подтягивания в висе 5-7 штук
- скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- секундомер
- гимнастические скамейки 5-7 штук
- гимнастические маты 8 штук
- гимнастическая стенка
- табло для подсчёта очков
- волейбольный, футбольный, баскетбольный, флорбольные мячи
- клюшки, ворота, защитное снаряжение игроков и вратаря.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся укрепляют здоровье, достигают высокого уровня физического развития, повышают функциональное состояния организма, овладевают техникой и тактикой игры, приобретают опыт соревновательной деятельности, навыки судейства соревнований.

Личностные результаты:

- воспитание чувства ответственности, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, развития опыта участия в соревновательных мероприятиях;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития флорбола;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми (тренерами, судьями) в процессе соревновательной деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; Метапредметные результаты:
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в тренировочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения игровых задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение оценивать правильность выполнения игровой задачи, собственные возможности ее решения;

Предметные результаты:

В результате освоения программы учащиеся должны знать/понимать/уметь:

- историю развития флорбола в России и мире;
- роль и место флорбола в организации здорового образа жизни;
- правила по технике безопасности и правила игры;
- технико-тактические действия и схемы;
- комплексы общефизических и специальных упражнений;
- правила проведения соревнований по флорболу;
- правила судейства и жесты судей;
- использовать приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг;
- организовывать самостоятельные занятия по флорболу;
- интересно и доступно излагать знания о флорболе.

#### Форма подведения итогов

# 1год обучения

- тестирование на умение выполнять изученные технические приёмы.
- 2 год обучения
- тестирование на знании правил соревнований и терминологии;
- тестирование на умения выполнять изученные технические приёмы;
- результаты соревнований школьного уровня, товарищеских встреч.
- 3 год обучения
- проверка умения организовать соревнования по флорболу (соревнования между классами);
- тестирование на умения выполнять индивидуальные, командные и групповые техникотактические действия;
- результаты соревнований школьного уровня, товарищеских встреч, соревнований между школьными спортивными клубами дополнительного образования общеобразовательных школ.

# Особенности образовательного процесса

Процесс обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе "Флорбол" может быть организован в следующих формах:

- очная аудиторная (теоретические и практические занятия),
- внеаудиторная (самостоятельная работа) учащихся по заданию педагога,
- обучение с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронного обучения (ДОТ и (или) ЭО) (практические, теоретические занятия преимущественно для 2, 3 годов обучения) на платформах Zoom/Skype.

#### Формы проведения занятий.

# При очной форме организации образовательного процесса:

- -Теоретические беседы, дискуссии, самостоятельное изучение материала в сети интернет для занятий с использованием ДОТ
- Практические тренировочные занятия, технико-тактическая подготовка, соревнования, просмотр видео-уроков по теме занятия на канале youtube.
- Комбинированные

## При внеаудиторной форме организации образовательного процесса:

- Творческие, проектные работы.
- Выполнение комплексов ОФП, тестирование.
- Работа с электронными образовательными ресурсами, просмотр видеолекций, видеозанятий. выбрать необходимое в соответствии с ДООП

# При обучении с использованием ДОТ и (или) ЭО:

- Консультация, беседа.
- Лекция, семинар.
- Дистанционные конкурсы, турниры.

# Учебный план 1-2-3 года обучения

1 год – 144часа (4 часа в неделю)

2 год – 144 часа (4 часа в неделю)

3 год – 144 часа (4 часа в неделю)

# Учебный план \_\_\_\_\_1 года обучения

No	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
Π/		Всего	Теория	Практика	
П			_	_	
1.	Вводное занятие. Теоретические сведения по разделу «Флорбол»	2	2	-	беседа
2.	Общая физическая подготовка	20	4	16	Тестирование, наблюдение
3.	Специальная физическая подготовка	18	2	16	Учебная игра, промежуточный тест.
4.	Техническая подготовка	60	16	44	Учебная игра, промежуточный тест, наблюдение
5.	Тактическая подготовка	16	4	12	Опрос, наблюдение
6.	Учебные игры	24	2	22	Беседа, соревнования
7.	Контрольные и итоговые занятия	4	-	4	Итоговый контроль
	Итого	144	30	114	

# Учебный план \_\_\_\_\_ года обучения

No	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля	
π/		Всего	Теория	Практика		
П			_	_		
1.	Вводное занятие.	2	2	-	Беседа, наблюдение,	
	Теоретические сведения				консультация и оценка	
	по разделу «флорбол»				выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
2.	Общефизическая	22	4	18	Беседа, учебная игра,	
	подготовка				консультация и оценка	
					выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
3.	Специальная подготовка	18	2	16	Учебная игра,	
					консультация и оценка	
					выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
4.	Техническая подготовка	58	14	44	Учебная игра,	
					консультация и оценка	
					выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
5.	Тактика игры	20	5	15	Учебная игра,	
					консультация и оценка	
					выполненного задания	

					по электронной почте	
					педагога	
6.	Учебные игры	20	2	18	Учебная игра. Контроль,	
					консультация и оценка	
					выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
7.	Контрольные и	4	-	4	Тестирование,	
	итоговые занятия				консультация и оценка	
					выполненного задания	
					по электронной почте	
					педагога	
	Итого	144	29	115		

# Учебный план \_\_\_\_\_ года обучения

No	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
п/ П		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Теоретические сведения по разделу «флорбол»	2	2	-	наблюдение
2.	Общефизическая подготовка	22	2	20	тестирование
3.	Специальная подготовка	28	4	24	Учебная игра, промежуточный тест.
4.	Техническая подготовка	28	2	26	Учебная игра, промежуточный тест, соревнование
5.	Тактическая подготовка	24	4	20	опрос
6.	Учебные игры	38	2	36	соревнования
7.	Контрольные и итоговые занятия	2	-	2	Тестирование, итоговый контроль
	Итого	144	16	128	

# Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Флорбол»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	11.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
3 год	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа