

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
муниципального образования «Город Архангельск»
«Средняя школа № 7»

Согласовано
Зам.директора по ВР
Галашева О.И.Галашева
« 23 » октября 2024 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СШ № 7
Макеева
« 23 » октября 2024 г.



Дополнительная общеразвивающая программа
«Увлекательный флорбол»

Физкультурная направленность

Возраст детей – 11-12 лет

Срок реализации – 1 год

Автор – составитель:
Маккеева К.Н.
педагог дополнительного образования

г. Архангельск
2023год

Содержание

1. Информационная карта
2. Комплекс основных характеристик
 - 2.1. Пояснительная записка
 - 2.2. Учебный план
 - 2.3. Учебно-тематический план
 - 2.4. Содержание учебно-тематического плана
3. Комплекс организационно-педагогических условий
 - 3.1. Календарный учебный график
 - 3.2. Календарно-тематическое планирование
 - 3.3. Методическое обеспечение программы
 - 3.4. Условия реализации программы
 - 3.5. Список использованной литературы

1. Информационная карта

1	Наименование программы (услуги)	Образовательная программа
2	Полное наименование образовательной программы, в рамках которой реализуется данная программа (услуга)	Флорбол
3	Год разработки	2023
4	Вид деятельности по программе	физкультурно-спортивная
5	Направленность дополнительного образования	Социально-гуманитарная, художественная, физкультурно-спортивная , естественно-научная, техническая
6	Аннотация (краткое описание содержания и иная информация, необходимая для заказчиков и получателей образовательных услуг)	
7	Указание на уровень сложности содержания программы (стартовый (ознакомительный), базовый, продвинутый (углублённый))	Базовый
7	Место реализации программы (фактический адрес оказания услуги; при реализации программы в сетевой форме в разных местах указываются все адреса)	Спортивный зал МБОУ СШ № 7
9	Возрастная категория учащихся (адресат программы)	11-12 лет
10	Указание на необходимость медицинского заключения об отсутствии	Необходима справка о состоянии здоровья
11	Указание на адаптированность программы для учащихся с ОВЗ (включая указание на вид ограничений)	Без адаптации
12	Нормативный срок освоения программы (продолжительность обучения)	1 год
13	Режим занятий, продолжительность каждого занятия	90 минут
14	Сведения о педагогических работниках, реализующих программу (Фамилия имя отчество, квалификационная категория, образование, регалии)	Макковеева Ксения Николаевна, Высшая категория. Мастер Спорта. Высшее образование
15	Форма обучения по программе (очная, заочная, очно-заочная)	очная
16	Объем программы общий и отдельно по формам обучения (очная/заочная), по использованию дистанционных технологий (с использованием/ без использования), по использованию сетевой формы (с использованием/ без использования), формам организации образовательной деятельности (групповая/ индивидуальная)	Форма обучения – очная
17	Минимальное - максимальное число	не менее 15 человек. Общее

детей, учащихся в одной группе	количество – 15-20
--------------------------------	--------------------

2. Комплекс основных характеристик

2.1. Пояснительная записка

Пояснительная записка включает в себя:

-направленность дополнительной программы – физкультурно-спортивная,
-актуальность программы – современность предлагаемой программы;
-цель – **Формирование мотивации к регулярным занятиям спортом, воспитание морально-волевых качеств, подготовка юных спортсменов для пополнения сборных команд края, области, города.**

-задачи

- 1.Изучить теоретический раздел и основные правила при игре во флорбол;
- 2.Освоить основные виды приемов и ведения мяча;
- 3.Освоить виды бросков и ударов по воротам;
- 4.Изучить основную технику перемещения вратаря;
5. Выполнять основные виды приемов и ведения мяча;
6. Развить двигательные и координационные способности .

-содержание программы:

Этапы:

- этап начальной подготовки-1 года,

Разделы программы:

Теоретическая подготовка.

Физическая подготовка:

- 1.Общая физическая подготовка
 - выполнение различных видов упражнений для развития выносливости, гибкости, силы, быстроты, координации.
- 2.Специальная физическая подготовка
 - выполнение физических упражнений, направленных на развитие навыков в избранном виде спорта.
- 3.Техническая подготовка
 - изучение специальных технических приемов при помощи подготовительных и подводящих упражнений
- 4.Тактическая подготовка
 - формирование тактических умений, основных приемов техники игры во флорбол и способов их выполнения
- 5.Психологическая подготовка
 - организованный, управляемый процесс реализации его потенциальных психических возможностей в объективных результатах, адекватных этим возможностям
- 6.Соревновательная деятельность и судейская практика
 - методика судейства, терминология и судейские жесты. Ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии.
 - сроки и этапы реализации программы с 1.10-31.05.2023
 - объем программы – общее количество 116 академических часов;
 - режим занятий – продолжительность занятий 90 минут, два раза в неделю.

Результат программы:

Результатом выполнения является:

Личностными результатами:

- воспитать чувство коллективизма и товарищества;

- воспитать потребность к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- воспитывать творческое отношение к тренировкам, пунктуальность, дисциплинированность;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей.
- развить основные физические качества, двигательные умения и навыки;
- развить воображение, произвольное внимание, зрительную память, глазомер обучающихся;

- развить у обучающихся «чувство клюшки и мяча»;

Предметными результатами

знать:

- основные тенденции развития мирового и отечественного флорбола;
- правила составления упражнений для индивидуальной разминки;
- комплексы общеразвивающих упражнений для отдельных мышечных групп;
- комплексы упражнений на координационном тренажере (лестнице);
- виды падений;
- виды бросков и технику их выполнения;
- основные правила при игре в обороне и атаке;
- тактические схемы при игре в численном меньшинстве и большинстве;
- правила оказания первой помощи;
- правила спортивных игр.

уметь:

- выполнять индивидуальную разминку;
- выполнять основные виды бросков;
- выполнять основные виды приемов и ведения мяча;
- выполнять упражнения по остановке, ведению мяча в парах и группах;
- выполнять броски из различных положений;
- играть по правилам спортивных игр.

2.2. Учебный план

№ п/п	Название раздела	Всего часов
1	Теория	16
2	ОФП	22
3	СФП	22
4	Технико –тактическая подготовка	36
5	Соревновательная подготовка	20
Итого часов по программе (объём программы)		116

2.3. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план – содержит название разделов/тем программы, количество часов, определенных на данный раздел/ тему.

В колонке «Формы аттестации (контроля)» указываются формы подведения итогов освоения каждого раздела (зачёты, проекты, конкурсы, выставки и т.п.) и средства контроля (тесты, творческие задания, контрольные работы и т. п.).

6 часов в неделю (204 часа в год)

№	Тема	Количество часов	Формы промежуточной
---	------	------------------	---------------------

		всего	теория	практика	аттестации и контроля
1	Теория	16	16	-	опрос
2	Общая физическая подготовка	22	-	22	тестирование
3	Специальная физическая подготовка	22	-	22	тестирование
4	Техническая подготовка	18	2	16	тестирование
5	Тактическая подготовка	18	8	10	тестирование
6	Соревновательная подготовка	20		20	
7					
	Итого	116	26	90	

2.4. Содержание учебного-тематического плана

Содержание дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ определяется организацией, осуществляющей образовательную деятельность. Содержание ДОП должно учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Содержание учебного (тематического) плана – реферативное (краткое) описание разделов (модулей) и тем Программы в соответствии с учебным (тематическим) планом. В данном подразделе кратко описываются виды деятельности на занятии: *теория* (лекция, семинар, дискуссия, круглый стол, консультация и т.п.) и *практика* (практическая работа, лабораторная работа, самостоятельная работа, соревнование, игра, экскурсия и т.п.).

1 модуль (раздел)
Тема 1. Теория, практика
Тема 2. Теория, практика
2 модуль (раздел)
Тема 1 Теория, практика

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график – комплекс основных организационно-педагогических характеристик образовательного процесса, определяющий даты начала и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель или дней,

сроки контрольных процедур, организованных выездов, экспедиций и т. д. Календарный учебный график является приложением к Программе и составляется на учебный год или период (месяц, четверть, полугодие и т. д.) для каждой учебной группы.

№ п/п	Месяц, неделя, четверть	Кол во занятий, часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля, результат

3.2. Календарно-тематическое планирование

3.3. Методическое обеспечение программы

- Формы и методы обучения

При обучении используются основные *методы* организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Формы обучения: Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная

-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.

-Формы подведения итогов (механизмы оценивания результатов):

- Педагогическое наблюдение.

- Опрос.

- Дневник достижений учащихся; портфолио учащихся.
- Открытые занятия с последующим обсуждением.
- Итоговые занятия.
- Соревнования.

- Промежуточная и итоговая аттестация результатов обучения детей.

Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

- Итоговая аттестация проводится в конце третьего года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в флорбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

- Диагностика результатов выверяется в виде тестов и контрольных упражнений, которые проводятся 2 – 3 раза в течение всего учебно-тренировочного годового цикла. В конце учебного года все учащиеся группы сдают контрольные зачеты по общей физической подготовке.

-Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

-Текущая диагностика и контроль – декабрь

-Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Формы проведения диагностики и контроля определены дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программой.

- Система контроля результативности обучения:

- Педагогическое наблюдение.

- Опрос.

- Дневник достижений учащихся; портфолио учащихся.

- Открытые занятия с последующим обсуждением.

- Итоговые занятия.

- Соревнования.

- Промежуточная и итоговая аттестация результатов обучения детей.

Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

- Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в флорбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

- Диагностика результатов выверяется в виде тестов и контрольных упражнений, которые проводятся 2 – 3 раза в течение всего учебно-тренировочного годового цикла. В конце учебного года все учащиеся группы сдают контрольные зачеты по общей физической подготовке.

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

– пособия для педагога;

– электронные инструкции по сборке, как стандартные, так и пользовательские;

– видеоматериалы по изучаемым темам;

– презентации по темам занятий;

– информационные Интернет-ресурсы.

Методы, используемые в обучении: групповое обучение, проблемное обучение, проектное обучение, игровое обучение, интерактивное обучение.

Дидактическое обеспечение представлено конспектами и презентациями занятий.

Структура занятия:

Теоретическое - организационная часть, основная часть (постановка цели и задач занятия, объяснение материала/закрепление материала, анализ модели, обсуждение, решение), заключительная часть (подведение итогов, рефлексия).

Практическое - организационная часть, основная часть (постановка цели и задач занятия, закрепление материала, практическая работа - сборка модели/выполнение проекта), заключительная часть (анализ работ, обсуждение, подведение итогов, рефлексия).

Терминологический словарь.

Оборудованный спортивный зал.

Гимнастические скамейки,

гимнастическая стенка,

мячи разных размеров,

скакалки,

гантели,

теннисные мячи,

маты,

клюшки,

обручи,

конусы,

дуги разной высоты и размеров.

3.5. Список использованной литературы

1. Баженов А.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе. Журнал физическая культура в школе, 1999, № 5 и № 6.

2. Баженов А.А. Флорбол. Тактика игры. Журнал физическая культура в школе, 2000, № 1 и № 2.

3. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. – М.; Медицина, 1991.

4. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. М., Просвещение, 1976.

5. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. – М., 1988.