

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ К.ЕРЕМЕНКО»
Г. НОВЫЙ УРЕНГОЙ**

РАССМОТРЕНО
на тренерском совете
№ 4 от «01» 09 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАУ «СШ имени К. Еременко»


/С.П. Сидорчук/


№ 5 от «14» 09 2021 г.

**ПРОГРАММА
спортивно-оздоровительная работа
по виду спорта флорбол**

Срок реализации программы - 1 год
Возраст для зачисления - с 6 лет

Разработчик программы:

Русских Евгений Владимирович
тренер по флорболу
МАУ «СШ им. К. Еременко»

**г. Новый Уренгой
2021 г.**

1. Пояснительная записка

Введение

Забота о сохранении здоровья населения становится предметом особого внимания физкультурных организаций. Программа по организации и проведению спортивно-оздоровительной работы с занимающимися в МАУ «СШ имени К. Еременко» (далее - Программа) ориентирована на сохранение здоровья и формирование здорового образа жизни детей от 6 до 7 лет.

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье, является рациональная двигательная активность. Двигательные действия – это мощные факторы, повышающие адаптационные возможности организма, расширяющие функциональные резервы.

Одной из основных задач реализации данной Программы - формирование у детей двигательных навыков и умений, а также подготовка к прохождению спортивной подготовки. Двигательная деятельность весьма разнообразна. Выбор конкретных видов физических упражнений во многом зависит от склонностей каждого ребенка, его индивидуальных особенностей.

1.1. Нормативно-правовые и научно-методические основы программы.

Настоящая программа основывается на многолетних научно-исследовательских работах в области теории и методики физического воспитания и спортивной подготовки, а также на практической работе организаций, осуществляющих спортивную подготовку в Российской Федерации.

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

- Приказ Минспорта России «Об утверждении требований к обеспечению спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» от 30 октября 2015 г. №999.

- Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

-Приказ Минспорта России «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» от 27 декабря 2013 г. № 1125.

- Приказ Минспорта России «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку» от 16 августа 2013 г. № 645.

- Конвенция о правах ребенка

- Устав МАУ «СШ имени К. Еременко»

Также программа должна учитывать внутренние нормативные правовые акты организаций, осуществляющей спортивную подготовку (устав, административный регламент, порядок приема и перевода в организацию лиц, проходящих спортивную подготовку).

В настоящей программе отражены основные цели, задачи, средства и методы работы с занимающимися на спортивно-оздоровительном этапе, распределение объёмов тренировочных нагрузок; участие в спортивных соревнованиях по виду спорта флорбол.

1.2. Особенности вида спорта флорбол

Официальной версией игры считается спортивная командная игра в закрытом помещении. Напольным покрытием могут служить разнообразные матовые материалы на основе древесины или пластика. Размер площадки должен быть немного больше баскетбольной, почти такой же как при игре в командный гандбол или мини-футбол (футзал). Рекомендуемое поле - 20 x 40 метров с ограждением. Ограждение может быть выполнено из пластика высотой строго 50 см и должно иметь закругленные углы. Во флорбол можно играть с незначительными отступлениями от вышеприведенных правил. Самое главное – помнить о безопасности всех игроков. Считается, что флорбол во многом похож на хоккей на льду и хоккей с мячом, а страны, имеющие давнюю историю по развитию этих видов спорта, показывают стабильно растущий потенциал в области флорбола. Как правило, от каждой команды на поле находятся пять игроков и вратарь. Однако количество игроков может меняться в зависимости назначенных удалений. Обычно команда состоит примерно из 20 полевых игроков и двух вратарей. Начинать играть во флорбол легко, так как для этого не требуется какого-либо сложного или дорогостоящего снаряжения, даже на самом высоком уровне. Клюшка и мяч очень легкие, и с ними очень просто обращаться, что значительно облегчает процесс обучения. Передвижения в игре осуществляются бегом, что может сравняться с баскетболом. По своей сути игра очень безопасна, так как игрокам запрещены силовые приемы, что делает флорбол прекрасной игрой для смешанных команд и детей. Несмотря на это, на международном уровне игра становится физически высокоактивной и тактически более разнообразной.

Начинать обучаться флорболу легко, так как эта игра не требует большого оснащения. Все, что вам нужно – это клюшка, мяч и, естественно, подходящая спортивная одежда и обувь. Детям, не достигшим возраста 15 лет в обязательном порядке необходимы защитные очки. При выборе клюшки необходимо учитывать следующее: жесткость и длину рукоятки, а также материал и форму крюка.

Рукоятка

Рукоятки клюшек обычно выполняются из стеклопластика, углепластика или углеродного волокна. Изготовленные из таких материалов рукоятки делают клюшки очень легкими и долговечными. Как правило, вес составляет приблизительно 150-250 граммов. Начинающим рекомендуется использовать клюшки с более гибкими рукоятками (28-32 мм), так как это облегчает контроль движения мяча, в то время как более жесткая рукоятка дает возможность

выполнения более мощных ударов. Рукоятка имеет также сменную обмотку, которая позволяет лучше контролировать работу клюшки. Длина рукоятки является важной характеристикой при выборе клюшки, так как от нее напрямую зависит безопасность игры и приобретение профессиональных навыков. Выбор длины клюшки зависит от роста игрока, поэтому измерить ее можно, поставив клюшку вертикально перед собой. Детям клюшка должна доходить до грудины, взрослым – до уровня пупка. Далее приведена сравнительная таблица с указанием рекомендуемой длины клюшки в зависимости от роста игрока.

Рост игрока	100	110	120	130	140	150	160
Клюшка	50-55	50-55	60-67	70-80	80-85	85-87	90-92

Клюшку длиной от 50 до 92 см можно купить непосредственно в магазине. Однако если вы хотите укоротить ее самостоятельно, обрезать необходимо с верхнего края. Для этого сначала необходимо снять обмотку на рукоятке клюшки и пробку, а затем отпилить лишнюю часть. Возможно, вам понадобится фен для того, чтобы снять пробку, так как иногда она накрепко приклеивается к ручке.

Крюк

Обычно крюки изготавливают из различных композитных пластмасс (полиэтилена PE, полиэтилена высокой прочности HDPE) или композитного найлона (PA). Некоторые производители включают в состав материала стеклопластик или углеродное волокно. Использование разнообразных материалов позволяет сделать крюк жестче или мягче. Мягкие крюки хороши для ведения мяча клюшкой, жесткие – для выполнения ударов. Цвет не оказывает влияния на характеристики крюка. У разных производителей форма и размер крюка могут иметь существенные различия. Небольшое формование крюка помогает управлять мячом. Вы можете изменить форму крюка по своему желанию, соблюдая некоторые правила. Максимально допустимый загиб – 30 мм, не разрешается играть расплавленным или сломанным крюком. В магазине вы обычно покупаете клюшку с прямым крюком. Для того, чтобы согнуть его, вам понадобится фен, полотенце или перчатка и немного холодной воды в ведре.

Сначала необходимо разогреть крюк с обеих сторон. Он очень быстро становится мягким. Будьте осторожны, не прожгите его насеквоздь. Когда крюк станет достаточно мягким, можете сгибать его по своему желанию (для этого используйте перчатку или полотенце, так как крюк сильно нагревается). Затем для закрепления формы сразу опустите его в холодную воду.

Экипировка вратаря

Экипировка вратаря состоит из длинных штанов, рубашки с длинным рукавом, маски / шлема, перчаток и обуви. Кроме того, рекомендуется использовать специальные накладки на колени и область гениталий.

Покрытие площадки. Во флорбол можно играть практически в любом месте, но лучше всего для этой цели подходит матовое деревянное или пластиковое напольное покрытие.

Ворота и площадка

Ворота должны быть размером 115 см x 160 см x 60 см. Они изготавливаются из трубчатого профиля нужной формы (15 мм) и окрашиваются в красный цвет. На воротах закрепляется сетка. Необходимая площадка: 40 м x 20 м с бортом высотой 50 см, имеющим закругленные углы.

Цель программы – создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности занимающихся, получения ими начальных знаний о физической культуре и спорте, а также обучение их элементарным навыкам игры во флорбол.

Общие задачи программы органически связаны с основной целью системы подготовки физически развитой личности – привитие потребности в здоровом образе жизни.

- обучение техники и тактике игры во флорбол;
- развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, ответственности).

1.3. Задачи для спортивно-оздоровительных групп

- привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям флорболом;

- всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма занимающихся;

- определение игровых наклонностей юных флорбалистов (желание спортсмена выполнять функцию вратаря, защитников, нападающего);

- формирование базовых умений и навыков и овладение основами игры во флорбол;

- выявление перспективных детей и подростков для последующего обучения в спортивных группах начальной подготовки.

В спортивно-оздоровительных группах юные флорбалисты изучают основы техники флорбола, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса. Стремятся к овладению техническими приемами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Осваивают элементарную, групповую и командную тактику игры во флорбол. Осваивают процесс игры в соответствии с правилами флорбола. Участвуют в товарищеских играх и в неофициальных турнирах по флорболу, а также принимают участие в соревнованиях по ОФП, «Веселые старты», в которых основной задачей является результат выступления.

Весь материал программы распределен в соответствии с возрастными принципами комплектования групп.

1.4. Основные формы тренировочного процесса

Основными формами тренировочного процесса являются: групповые тренировочные, практические и теоретические занятия, тестирование и медицинский контроль; физкультурные и спортивные мероприятия. Расписание тренировочных занятий составляется по представлению тренера в целях установления благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных, средних специальных и высших профессиональных образовательных организациях.

II. НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Специфика организации тренировочного процесса.

Отличительной особенностью данной программы является определенное количество учебных недель в году (39).

Тренировочные занятия в группах на спортивно-оздоровительном этапе проводятся по утвержденному расписанию, согласованному с тренерами групп в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся. Тренировочные занятия организуются, в основном, вовремя, свободное от занятий, в учреждениях общего образования.

2.2. Формы подведения итогов реализации программы

- викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья»;
- контрольные и товарищеские игры;
- первенства школы, города.

2.3. Наполняемость групп и режим тренировочной работы

Программа «Спортивно-оздоровительная работа по виду спорта флорбол» для спортивно - оздоровительных групп предназначена для детей с 6 лет.

Тренировочные занятия проводятся в групповой форме, продолжительностью от 1 до 2-х академических часов с перерывами. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Срок реализации программы – 1 год.

Минимальный возраст для зачисления в группы, наполняемость групп, количество часов в неделю:

Возраст занимающихся	Минимальное / максимальное кол-во человек в группе	Кол-во часов в неделю	Требования к подготовленности по итогам учебного года
2	3	4	5

6 лет	15/20	4,5	Овладение приемами и способами здорового образа жизни, стабильный уровень физического развития
-------	-------	-----	--

2.4. Структура годичного цикла

Подготовительный период		Соревновательный период		Переходный период
сентябрь	Обще-подготовительный Микроцикл	Втягивающий Макроцикл		
октябрь	Обще-подготовительный Микроцикл			
ноябрь	Обще-подготовительный Микроцикл	Базовый Макроцикл		
декабрь	Специально-подготовительный Микроцикл			
январь	Специально-подготовительный Микроцикл			
февраль	Подводящий Микроцикл	Предсоревновательный Макроцикл		
март	Соревновательный Микроцикл	Соревновательный Макроцикл		
март	Поддерживающий Микроцикл	Поддерживаящий Макроцикл		
апрель	Восстановительно- реабилитационный Микроцикл		Восстановительный Макроцикл	
май	Восстановительно- реабилитационный Микроцикл			

2.5. Тренировочный план. Соотношение объемов тренировочной нагрузки

ВИД ПОДГОТОВКИ						
1	Спортивно-оздоровительный	10	43	43	24	16

2.6. Годовой тематический план (практические занятия)

ВИД ПОДГОТОВКИ						
1	Спортивно-оздоровительный	43	43	24	16	16

2.7. Годовой тематический план (теоретические занятия)

№	РАЗДЕЛЫ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	Количество часов
1.	Развитие флорбола в России и за рубежом.	2
2.	Общая и специальная физическая подготовка.	2
3.	Техническая подготовка.	2
4.	Морально-волевая и психологическая подготовка.	2
5.	Правила игры. Организация и проведение соревнований.	2
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ:		10

Примерный план-график распределения тренировочных часов спортивно-оздоровительной группы (4,5 часа в неделю)

	МЕСЯЦ /виды подготовки	Теоретическая подготовка	Общая физическая подготовка	Специальная физическая подготовка	Техническая подготовка	Тактическая подготовка	Интегральная подготовка	Участие в соревнованиях	Восстановительные и организационно-вспомогательные мероприятия	ИТОГО В МЕСЯЦ:
1	Сентябрь	-	5	4	4	2	4	-	2	21
2	Октябрь	-	4	5	4	2	4	-	2	21
3	Ноябрь	2	4	5	2	2	2	1	2	20
4	Декабрь	2	5	5	2	2	-	1	2	19
5	Январь	2	5	4	2	2	2	1	2	20
6	Февраль	-	5	5	2	-	2	1	2	17
7	Март	2	5	5	2	2	-	1	2	19
8	Апрель	2	5	5	2	2	2	-	2	20
9	Май	-	5	5	4	2	-	1	2	19
ИТОГО:		10	43	43	24	16	16	6	18	176

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1. Примерное распределение тренировочных часов на год в спортивно-оздоровительных группах

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	3	3		
1.1.	История развития флорбола в России				
2	СФП	12		12	
2.1.	Упражнение для развития быстроты	3		3	
2.2.	Упражнение для развития ловкости	3		3	
2.3.	Упражнение для развития гибкости	3		3	
2.4.	Упражнение для развития гибкости	3		3	Сдача нормативов
3.	Техническая подготовка	10		10	
3.1.	Тактика игры полевых игроков	5		5	
3.2	Техника передвижений	5		5	
4.	Техника владения клюшкой и мячом	13		13	
4.1.	Техника нападения	7		7	
4.2.	Теоретическая подготовка	1		1	

4.3.	Техника защиты	5		5	Сдача нормативов
Всего часов 38					

3.2. Соотношение видов подготовки в спортивно-оздоровительных группах

№	Виды подготовки	Распределение нагрузки в %
1	Общая физическая подготовка	25%
2	Специальная физическая подготовка	16%
3	Техническая подготовка	21%
4	Тактическая подготовка	15%
5	Интегральная подготовка	17%
6	Участие в соревнованиях	6%
ВСЕГО:		100%

Физическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП) - это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании.

Общеразвивающие упражнения без предметов

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки. Выполнение упражнений на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны вращения, повороты головы в различных направлениях. Упражнения для мышц туловища: упражнения на формирование правильной осанки; наклоны повороты, вращение туловища в различных исходных положениях; поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; смешанные упоры и висы лицом и спиной вниз.

Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты

По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на ,10,15м. Рывки из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, по спирали, кругу, восьмерке (лицом и спиной вперед). Эстафеты и игры с применением беговых упражнений.

Упражнения для развития ловкости

Эстафеты с предметами и без предметов. Бег прыжками через препятствия. Падения и подъемы. Игра клюшкой стоя на коленях, в полуприсяде и в приседе парами»

Упражнения для развития гибкости

Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращение туловища, шпагат, полушпагат.

Техническая подготовка

Техника игры полевых игроков

Техника передвижения

Стойка флорболиста (высокая, средняя, низкая). Бег. Бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед. Бег приставными и скрестными шагами. Бег по «спирали».

Техника владения клюшкой и мячом

Техника нападения

Обучение хвату клюшки одной, двумя руками. Ведение мяча. Ведение без отрыва клюшки от мяча, а (перед собой, сбоку), по прямой и по дуге. Ведение мяча толчками концом крюка

серединой крюка (перед собой, сбоку). Ведение (широкое и короткое). Ведение мяча «восьмеркой». Бросок мяча.

Теоретическая подготовка

История развития флорбола, как вида спорта

Техника защиты

Отбор мяча ногой. Выполнение отбора при встречном движении и сбоку. Отбор мяча клюшкой, корпусом, «вытаскивание мяча» концом крюка клюшки.

Тактическая подготовка

Тактика игры полевых игроков

Тактика игры и нападения

Индивидуальные действия. Ведение, обводка, атака ворот. Умение ориентироваться на игровой площадке. Выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров, соперников.

Групповые действия. Передачи. Передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении.

Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место, игра в «стенку». Игра в атаке

2x0, 3x0, 2x1, 3x1. Обучение передачи мяча в «квадратах» с различным сочетанием игроков: 3x2, 4x3, 3x1, 3x3, 5x4.

Тактика игры в защите

Индивидуальные действия. Выбор места для оборонительного действия, перехват продольной и диагональной передачи, отбор мяча. Групповые действия. Умение подстраховать партнера.

Тактика игры вратаря

Обучение и совершенствование правильного и своевременного выбора места в воротах при атаке. Обучение выбору способа отражения мяча при разных уровнях полета мяча.

Обучению умению концентрировать внимание на игре, угрожающим воротам. Развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

3.3. Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и на соревнованиях

К занятиям флорболом допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Занятия проводятся в зале согласно расписанию, утвержденному директором учреждения. Спортивный зал открывается за 5 мин. до начала занятий. Вход в зал разрешается только в присутствии тренера. занимающиеся должны быть в спортивной форме установленного образца. Дети, опоздавшие к началу занятий, на тренировку не допускаются. Установка и переноска снарядов в зале осуществляется только по указанию тренера. Выход занимающихся из спортивного зала во время занятий возможен только с разрешения тренера. В спортивном зале должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи.

Флорбол объединяет различные виды физических упражнений со стереотипными (повторяющимися в неизменном виде), циклическими (бег), ациклическими (удары по мячу, прыжки) и смешанными движениями (кросс, барьерный бег). Во флорболе более всего подвержены повреждениям голеностопный и коленный суставы. Особенно часты растяжения и разрывы связочного аппарата, надрывы и разрывы сухожилий (ахиллова сухожилия), реже встречаются травмы мышц (спины, задней поверхности бедра). Иногда наблюдается так называемый гравитационный шок - кратковременная потеря сознания в результате резкой остановки после интенсивного бега.

Чтобы избежать травматизма во время занятий флорболом, необходимо выполнять следующие рекомендации по технике безопасности:

- места проведения занятий следует постоянно содержать в порядке;
- перед занятиями необходимо проверять исправность инвентаря и оборудования, состояние площадки;
- следить, чтобы в зонах безопасности во время тренировки и соревнований не было посторонних предметов и людей.

Занятия должны проводиться с учетом возрастно-половых особенностей и двигательной подготовленности обучающихся.

Обеспечение мер безопасности во время игр достигается выполнением следующих основных правил:

- тренировочные занятия должны проводиться на спортивных площадках и в залах стандартных размеров, отвечающих требованиям правил игры.
- на занятиях необходимо соблюдать дисциплину, строго выполнять требования и указания судьи, тренера, капитана команды;
- игра должна проводиться на сухой площадке. Если она проходит в зале, пол должен быть чисто вымытым и сухим;

- все острые и выступающие предметы, находящиеся в зале, должны быть заставлены матами или ограждены;
- тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами;
- занятия должны проводиться под руководством тренера.

3.4. Требования безопасности при проведении спортивных соревнований.

Травмы по причине недочетов в организации занятий и соревнований в различные годы составляют от 5 до 10 % всех спортивных травм. Нарушение инструкций и положений по проведению тренировочных занятий, а также правил безопасности, неправильное составление программ соревнований, нарушение правил их проведения нередко являются причиной травм. Они могут быть связаны с проведением занятий в отсутствие тренеров, инструкторов или с тем, что на каждого из них приходится слишком много занимающихся.

Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований предусматривают следующее:

- соблюдение возрастных норм начала специализации во флорболе и допуска к соревнованиям;
- участниками соревнований могут быть только лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж;
- правила соревнований должны строго соблюдаться всеми участниками;
- участники допускаются к соревнованию в спортивной одежде и обуви, соответствующих флорболу;
- должна быть медицинская аптечка для оказания первой помощи пострадавшим;
- о каждом несчастном случае следует немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения;
- при неисправности инвентаря и оборудования соревнования немедленно прекращаются, и об этом сообщается руководителю.

В отношении лиц, допустивших невыполнение или нарушение общих требований безопасности при проведении спортивных соревнований, проводится расследование для принятия конкретного решения.

4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ ПРОГРАММЫ.

С целью оценки результатов освоения программного материала, определения степени достижения цели и решения поставленных задач, а также влияния физических упражнений на организм учащихся осуществляется периодический контроль. Контроль общей физической подготовки осуществляется в форме тестирования. Тестирование, как правило, проводится в конце спортивного сезона.

Для определения промежуточных итогов работы, уровня подготовленности спортсмена в течение всего периода подготовки в спортивной школе проводятся контрольно-переводные нормативы в первой половине спортивного сезона. Состав нормативов определяется положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации и характеризует уровень физической подготовленности занимающихся.

Так же для определения подготовленности спортсмена и его функционального состояния используется врачебно-педагогический контроль. Его основная цель - всемерное содействие положительному влиянию спорта на состояние здоровья, физическое развитие и подготовленность занимающихся. Проводятся углубленные медицинские обследования: предварительное - при поступлении в спортивную школу и периодическое – в начале каждого тренировочного года. Особое внимание при врачебном контроле занимающихся обращается на состояние здоровья и функциональные системы организма.

Практическая реализация педагогического контроля осуществляется в системе специально реализуемых проверок, включаемых в содержание занятий. Такие проверки позволяют вести систематический учет наиболее важным направлениям:

- степень усвоения техники двигательных действий;
- уровень развития физических качеств;
- уровень освоения программного материала.

К методам педагогического контроля относятся: анкетирование занимающихся; анализ рабочей документации тренировочного процесса; педагогические наблюдения во время занятий; регистрацию функциональных и других показателей; тестирование различных сторон подготовки.

Педагогический контроль в виде аттестации проводится для определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности занимающихся.

Промежуточная аттестация проводится ежегодно в конце тренировочного года в соответствии с этапом подготовки, итоговая - после освоения программы.

Основные формы аттестации являются:

- тестирование;
- сдача контрольных нормативов (для определения уровня общей и специальной подготовки).

Методические указания по организации промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация проводится ежегодно в конце тренировочного года (апрель-май), для приема контрольных нормативов создается аттестационная комиссия из представителей администрации, методиста и тренера отделения, утверждается план проведения промежуточной аттестации.

Практическая часть аттестации проводится в виде сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП. Нормативы принимаются во время тренировочного занятия в соответствии с планом проведения аттестации.

Занимающиеся, успешно выполнившие все требования, переводятся на следующий этап подготовки (этап начальной подготовки НП-1) или могут быть рекомендованы к прохождению индивидуального отбора для зачисления в группы спортивной подготовки по виду спорта.

Занимающиеся, не выполнившие переводные требования, на следующий этап не переводятся, продолжают повторное обучение в группе этого же года.

Результатом реализации программы

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по избранному виду спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов.

4.1. Зачисление детей в группу.

Зачисление детей в группу оформляется приказом директора учреждения.

Основаниями отчисления являются:

- заявление родителя ребенка (законного представителя);
- медицинское заключение о состоянии здоровья ребенка, препятствующее его дальнейшему занятию спортом;
- грубое нарушение правил внутреннего распорядка учреждения, Устава Учреждения;
- пропуск более 40% тренировочных занятий в течение месяца без уважительных причин;
- нарушение спортивной этики;

5. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

5.1. СПИСОК ЛИТЕРАРУРЫ.

- 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.Вавилов Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателей детского сада. –М., Просвещение, 1981.
- 4.Детская спортивная медицина: Руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева – М.; Медицина, 1991.

- 5.Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. М., Посвящение, 1976.
- 6.Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. – М., 1988.
- 7.Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. М.; СпортАкадем Пресс, 2000.
- 8.Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Б.А. Ашмарина/ М., Просвещение, 1990.
- 9.Флорбол. Правила соревнований (учебно-методическое пособие). /Под ред. В.А. Костяева. – Издательский центр СГМУ г. Архангельск, 2003.
- 10.Яковлев В. Игры для детей. – М., Ф и С, 1975.
- 11.Костяев В.А. Методика начального обучения технике флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» 2002. Архангельск: АГМА, 1998. –83с.
- 12.Костяев В.А. История развития флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» – Архангельск: АГМА, 1998. – 20с.

Оглавление

1.	Пояснительная записка	
	Введение	1
1.1.	Нормативно-правовые и научно-методические основы программы.	1-2
1.2.	Особенности вида спорта флорбол	2-4
1.3.	Задачи для спортивно-оздоровительных групп	4-5
1.4.	Основные формы тренировочного процесса	5
2.	Нормативная часть	
2.1.	Специфика организации тренировочного процесса.	5
2.2.	Формы подведения итогов реализации программы	5
2.3.	Наполняемость групп и режим тренировочной работы	5
2.4.	Структура годичного цикла	6
2.5.	Тренировочный план. Соотношение объемов тренировочной нагрузки	6
2.6.	Годовой тематический план (практические занятия)	7
2.7.	Годовой тематический план (теоретические занятия)	7
3.	Методическая часть	8
3.1	Примерное распределение тренировочных часов на год в спортивно-оздоровительных группах	8
3.2.	Соотношение видов подготовки в спортивно-оздоровительных группах	8-9
3.3.	Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и на соревнованиях	9-11
3.4.	Требования безопасности при проведении спортивных соревнований.	11-12
4	Система контроля программы	
4.1.	Зачисление детей в группу.	14
5	Перечень информационного обеспечения программы	
5.1.	Список литературы	14