

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВИКТОРА ВАСИЛЬЕВИЧА ТАЛАЛИХИНА
(МОУ – СОШ №8 ИМ. В.В.ТАЛАЛИХИНА)**

УТВЕРЖДЕНА
приказом МОУ – СОШ № 8
ИМ. В.В. ТАЛАЛИХИНА
от «28» августа 2020 г.
№100-1/О

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Флорбол»
2020 - 2021 учебный год

Направление: спортивно-оздоровительное

Класс: 6а,б,в

Составитель: Носова Г. Ю. учитель физической культуры

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности для обучающихся 6-х классов МОУ-СОШ № 8 ИМ. В.В. ТАЛАЛИХИНА разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании» в части духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, предусматривающих принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей, укрепления физического здоровья, а так же, согласно требованиями стандарта второго поколения и основным положением Концепции содержания образования школьников в области физической культуры.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности игры в флорбол для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

ЦЕЛЬЮ учебной программы внеурочных занятий флорболом, является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие интереса к спортивным играм, развитие творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Данный учебный курс ориентирован на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение знаний о правилах игры в флорбол, развитие двигательных навыков и умений, необходимых для игры в флорбол.

ЗАДАЧИ:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- формирование общих представлений о баскетболе, его значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения флорболу;
- изучение и совершенствование технических приемов игры;
- содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств.

Общая характеристика курса

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Флорбол» предназначена для обучающихся 6 класса, составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Данная программа построена на основании современных научных представлений о физическом развитии ребенка этого возраста. Содержание курса раскрывает физическое, психологическое и социальное здоровье. «флорбол» развивает ловкость, силу, выносливость. Во время игры проявляются такие качества обучающихся, как находчивость, смелость, взаимопомощь, сила воли, быстрота реакции.

Место курса в учебном плане внеурочной деятельности

По плану внеурочной деятельности МОУ-СОШ №8 В.В.ТАЛАЛИХИНА на 2020-2021 учебный год отводится для курса по программе «Флорбол» в 6 классе 34 часа в год, из расчета 1 час в неделю.

Планируемые результаты.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностные УУД:

- формирование чувства гордости за свою страну, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование общих представлений об игре в флорбол, о её значении в жизни человека, роли укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения игре в флорбол;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям флорболом, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля физической нагрузки, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Метапредметные УУД:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неудач своей деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов и сотрудничества

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Содержание занятий.

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний»(1 час) представлен материал по истории развития флорбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка»(17 часов) даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры»(16 часов) представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приёмам игры.

В результате освоения содержания программного материала по спортивным играм (флорбол), учащиеся по окончании учебного года должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Знать:

- основы истории развития флорбола;
- правила соревнований по флорболу;
- инвентарь и оборудование;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- что дисциплинированность- это подчинение своих действий интересам коллектива, быть выдержанным, корректным не только в напряженной игровой ситуации, но и в трудных жизненных моментах;
- технику безопасности при занятиях баскетболом.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в флорболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать с взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием.

Демонстрировать:

1. Челночный бег 3*10м.
2. Прыжок в длину с места.
3. Подтягивание.
4. Ведение мяча клюшкой по прямой, по диагонали и «змейкой».
5. Передача мяча клюшкой на месте и в движении.
6. Броски мяча клюшкой на месте и в движении.
7. Броски мяча клюшкой в ворота с разной дистанции.
8. Уметь играть в флорбол.
9. Участвовать в школьных и районных соревнованиях

Тематическое планирование.

п/п	Раздел программы	Кол-во часов
1	Вводное занятие по технике безопасности	1
2	Способы передвижения и бросков мяча	2
3	Разновидность бросков мяча клюшкой	9
4	Разновидность ведения мяча клюшкой	2
5	Остановка и передача мяча клюшкой	4
6	Техника и тактика игры	16
	Итого:	34

Календарно – тематическое планирование.

№ урока	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока
Флорбол.			
1			Техника безопасности на занятиях по внеурочной деятельности. Правила игры в флорбол.
2			Основные способы передвижения с клюшкой.
3			Остановки: прыжком и шагом по звуковому сигналу.
4			Передачи мяча клюшкой на месте.
5			Передачи мяча клюшкой в движении (в парах)
6			Техника ведения мяча клюшкой на месте и в движении.
7			Догонялки с ведением мяча клюшкой.
8			Броски со средней дистанции.
9			Штрафной бросок.
10			«Восьмерка» в движении.
11			Наброс мяча на ворота с дальней дистанции с добиванием.
12			Передачи в движении во встречных колоннах.
13			Игра в защите.
14			Варианты приёма и передачи мяча клюшкой.
15			Ловля и передача мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.
16			Варианты ведения мяча клюшкой.
17			Ведение мяча клюшкой без сопротивления и с сопротивлением защитника.
18			Варианты удара-броска мяча клюшкой.
19			Бросок мяча клюшкой без сопротивления и с сопротивлением защитника.
20			Действия против игрока без мяча(опека, передача игрока при обороне).
21			Действия против игрока с мячом(перехват, выбивание мяча).
22			Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.
23			Комбинация из освоенных элементов техники владения мячом клюшкой.
24			Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.
25			Групповые тактические действия в нападении и

			защите.
26			Командные тактические действия в нападении и защите.
27			Игра по упрощенным правилам флорбола.
28			Игра по правилам 5x5 при личной защите.
29			Игра по правилам при зонной защите.
30			Учебная игра.(три команды на площадке)
31			Учебная игра.(личная защита по всей площадке)
32			Взаимодействие двух игроков.
33			Тактические действия в нападении и защите.
34			Учебная игра.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР

« ___ » _____ 20__

Календарно – тематическое планирование.

Спортивные игры

№ урока	Дата по	Дата по	Тема урока
--------------------	--------------------	--------------------	-------------------

	плану	факту	
1			Техника безопасности на уроках по внеурочной деятельности. Правила игры в футбол, баскетбол. Удары по катящемуся мячу.
2			Удары внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра.
3			Ведение мяча носком и наружной стороной стопы.
4			Отбивание мяча вратарем. Игра на половине площадки.
5			Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Игра по всей площадке.
6			Удары внутренней и средней частью подъема. Футбол 5х5.
7			Взаимодействие двух игроков.
8			Учебная игра в футбол.
9			Стойки, передвижения, остановки в баскетболе. Остановки по звуковому сигналу.
10			Передачи мяча на месте и в движении. «Восьмерка» в движении.
11			Ведение мяча на месте и в движении. Догонялки с ведением.
12			Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении.
13			Тактические действия в нападении. Учебная игра 5х5 по всей площадке.
14			Тактические действия в защите. Личная защита по всей площадке.
15			Зонная защита. Двухсторонняя игра. Общефизическая подготовка.
16			Техника штрафного броска. Добивание после штрафного броска. Учебная игра.
17			Правила игры волейбол и стритбол.
18			Стойка игрока. Передвижения. Верхняя прием-передача мяча.
19			Нижняя прием-передача мяча. Игра волейбол на укороченной площадке.
20			Техника нижней подачи. Подача в определенную зону.

21			Техника верхней подачи. Подача в определенную зону.
22			Взаимодействие трех игроков(прием, передача, нападающий удар)
23			Прием-передача в парах на заданных расстояниях. Учебная игра.
24			Закрепление навыков подачи мяча (верхняя, нижняя) в определенную зону.
25			Учебная игра в волейбол.
26			Технические приемы в стритболе. Закрепление навыков ведения мяча.
27			Броски со средней и дальней дистанции с добиванием мяча.
28			Догонялки с ведением. Взаимодействие двух игроков при вбрасывании мяча.
29			Тактические действия игроков в нападении и защите. ОФП.
30			Закрепление техники штрафного броска. Учебная игра.
31			Передачи мяча изученными способами на месте и в движении.
32			Закрепление навыков ведения мяча. Ведение низкое, среднее, высокое по звуковому сигналу.
33			Учебная игра в стритбол.
34			Учебная игра в футбол.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

_____ Е.А. Подгузова

« ____ » _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

руководитель ШМО

классных руководителей

_____ А.А. Болдырева

« ____ » _____ 20__ г.

