

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 35 имени Анны Ивановны Герлингер»

Программа рекомендована
к работе педагогическим советом
МБОУ «Лицей № 35 им. А.И. Герлингер»
Протокол № 1
от «29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Лицей № 35
им. А.И. Герлингер»
И.А. Шибяев
Приказ № 173
от «29» августа 2019 г.

Программа обсуждена на
методическом объединении
учителей естественнонаучного
цикла и специальных дисциплин
Протокол № 1
от «29» августа 2019 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«ФЛОРБОЛ»
в рамках спортивно-оздоровительного направления
для 5 класса**

Составитель:
Сабуров Иван Александрович,
учитель физической культуры
высшей квалификационной
категории

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «ФЛОРБОЛ»

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Флорбол» для 5 класса разработана на основе требований ФГОС.

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) 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;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) 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;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) 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;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «ФЛОРБОЛ» с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Содержание раздела	Формы организации	Виды деятельности
1	<i>История и правила игры «Флорбол».</i> Исторические сведения о развитии флорбола. Флорбол в России. Основные правила игры.	Беседа, практические и теоретические занятия, учебно-тренировочные и подвижные игры, эстафеты.	Тренировочная, игровая, соревновательная
2	<i>Правила безопасности и профилактика травматизма.</i> Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по флорболу и во время игр. Типичные травмы и профилактика травматизма.		
3	<i>Общая и специальная физическая подготовка.</i> Упражнения общеразвивающей направленности с предметами и без предметов (акробатические, гимнастические, легкоатлетические). Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости и координации.		
4	<i>Техника игры «Флорбол».</i> Техника нападения. Действия нападающего с клюшкой без мяча. Техника остановок и передач мяча. Техника ведения мяча. Техника ударов и бросков мяча по воротам. Техника защиты. Действие защитника с клюшкой без мяча. Техника игры вратаря.		
5	<i>Тактика игры «Флорбол».</i> Тактика нападения. Индивидуальные, групповые и командные действия. Тактика защиты. Индивидуальные и командные действия.		
6	<i>Подвижные игры с элементами флорбола. Учебно-тренировочные игры «Флорбол»</i>		

**3. Тематическое планирование
5 класс (34 часа)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	История и правила игры «Флорбол»	2
2	Правила безопасности и профилактика травматизма	1
3	Общая и специальная физическая подготовка	в процессе занятий
4	Техника игры «Флорбол»	15
5	Тактика игры «Флорбол»	7
6	Подвижные игры с элементами флорбола. Учебно-тренировочные игры «Флорбол»	9
	ИТОГО	34 часа

Календарно-тематическое планирование
5 класс

№ п/п	Дата	Тема	Примечание
1		Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по флорболу и во время игр. Типичные травмы и профилактика травматизма.	
2		Исторические сведения о развитии игры «Флорбол». «Флорбол» в России.	
3		Основные правила игры «Флорбол».	
4		Техника нападения. Действия нападающего с клюшкой без мяча.	
5		Техника нападения. Передачи и остановки мяча на месте.	
6		Техника нападения. Передачи и остановки мяча после ведения.	
7		Техника нападения. Передачи и остановки мяча с отскоком от борта, за спину, по воздуху.	
8		Игровые задания на повторение и закрепление техники остановок и передач мяча.	
9		Техника нападения. Техника ведения мяча по прямой и с изменением направления.	
10		Техника нападения. Техника ведения мяча с перекладыванием клюшки.	
11		Игровые задания на повторение и закрепление техники ведения мяча.	
12		Техника нападения. Техника ударов и бросков по воротам с места.	
13		Техника нападения. Техника ударов и бросков по воротам после ведения.	
14		Техника нападения. Техника ударов и бросков по воротам после передачи с обработкой и без обработки мяча.	
15		Комбинации из освоенных элементов техники с элементами групповых взаимодействий в двойках и тройках.	
16		Подвижные игры с элементами флорбола.	
17		Учебно-тренировочная игра «Флорбол».	
18		Учебно-тренировочная игра «Флорбол». Повторение.	
19		Техника защиты. Действие защитника с клюшкой без мяча.	
20		Техника игры вратаря, остановка рукой мяча, летящего выше уровня плеч вратаря, отбивание катящегося мяча ногой.	
21		Техника игры вратаря, остановка рукой мяча, летящего выше уровня плеч вратаря, отбивание катящегося мяча ногой. Повторение.	
22		Подвижные игры с элементами флорбола.	
23		Учебно-тренировочная игра «Флорбол».	
24		Учебно-тренировочная игра «Флорбол». Повторение.	
25		Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор	

		места на площадки для выполнения броска по воротам или паса партнеру.	
26		Тактика нападения. Групповые действия. Комбинации из освоенных элементов техники с элементами групповых взаимодействий в двойках и тройках с мячом.	
27		Тактика нападения. Командные действия. Взаимодействия игроков на поле.	
28		Тактика нападения. Командные и групповые взаимодействия. Повторение.	
29		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор места вратаря в воротах при атаке противника. Персональная опека.	
30		Тактика защиты. Командные действия. Подстраховка и помощь партнеру. Расположение игроков при обороне.	
31		Тактика защиты. Командные и индивидуальные действия. Повторение.	
32		Подвижные игры с элементами флорбола.	
33		Учебно-тренировочная игра «Флорбол».	
34		Учебно-тренировочная игра «Флорбол». Повторение.	