

Аннотация к программе «Флорбол» 1 год обучения

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 года №41 СанПиН 2.4.4.3172-14
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (п.3)

Программа объединения по флорболу 1 года обучения рассчитана на школьников 11-15 лет. Количество занимающихся в группе не должно превышать 15 человек, в объединение принимаются как мальчики так и девочки.

Программа предусматривает теоретическую, и практическую подготовку, поэтому формы работы по программе могут быть разнообразными: тренировки, беседы, просмотр записей соревнований, психологические тренинги, соревнования, выполнение учащимися контрольных нормативов, спортивные игры.

Режим занятий: Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу.

Целью программы являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых игрокам в флорбол; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Основные задачи

Образовательные:

- общая физическая подготовка, направленная на освоение простейших технических действий и подводящих упражнений (подготовка организма занимающихся к перенесению физических нагрузок).
- специальная физическая подготовка, направленная на освоение технико-тактическим приемов игры, проводимым на месте и в движении.
- обучение основам тактики с помощью технико-тактических связок (отдельных приемов игры).

Развивающие:

Развитие физических способностей (силы, быстроты, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости).

Развитие координации.

Развитие высших психических функций (память, игровое мышление, внимание)

Воспитательные: воспитание дружного коллектива, товарищества, чувства долга, ответственности, дисциплинированности, требовательности к себе.

Воспитание спортивного трудолюбия, самостоятельности, воспитания культуры поведения.

Занятия в рамках программы проводятся, в форме тренировок, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий. Один раз в неделю по часу.
Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

- тестирование на знание правил соревнований и терминологии;
- тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;
- сдача контрольных нормативов по ОФП;
- сдача нормативов по СФП;
- результаты соревнований школьного уровня, матчевых и товарищеских встреч.

В объединение принимаются все желающие без предварительного отбора, если нет медицинских противопоказаний. При зачислении в объединение физкультурно-спортивной направленности каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья.