

# Флорбол - что это?



**Одной из самых популярных альтернативных разновидностей хоккея является флорбол. Что это за игра и в чем ее смысл? Участники делятся на 2 команды. Задачей каждой стороны является забить сопернику наибольшее количество голов. Побеждает та команда, которая сделала это быстрее за определенный отрезок времени.**



# Флорбол

**Флорбол - это разновидность хоккея, но хоккея не силового. Во флорбол могут играть как мальчики, так и девочки. Также во флорбол играют дети с ограниченными возможностями.**

**Соревнования проводятся на жестком покрытии в зале. Мяч контролируется только специальной клюшкой. Ногами не разрешается отдавать пасы и бить по воротам. Игровое время - 3 периода по 20 минут. В детских разрядах таймы варьируются в пределах четверти часа.**



**В момент остановки игры отсчет времени прекращается. Если матч закончился в ничью, то назначается овер-тайм в 10 минут. Если и он не выявил победителя, то наступает время для серии штрафных ударов (по 5 с каждой стороны). В заявке команды может быть до 20 игроков. Одновременно на площадке появляются только 6 из них, включая вратаря. Количество замен не ограничивается; проводятся без остановки игры. Судят матч 2 арбитра.**

## **ПРИЧИНЫ ВЫБОРА ФЛОРБОЛА**

- 1. Флорбол – это безопасный вид спорта, как для самих игроков, так и для помещений, так как команды играют клюшками и мячами, изготовленными из пластмассовых материалов. Игра строится на справедливости и корректности, нет грубости и фальши.**
- 2. Флорбол развивает ловкость, выносливость, быстроту и практически не имеет никаких противопоказаний. Флорбол влияет на становление личности ребенка в целом (физическая подготовленность, развитие психических качеств, становление воли, самоконтроля, ощущение ребенком себя как равноправного члена единой команды).**
- 3. Правила игры предельно просты и доступны.**
- 4. Для флорбола могут использоваться любые ровные площадки с различным покрытием (земляным, деревянным, резиновым или асфальтовым), т.е. можно с успехом играть на небольших дворовых пятачках, в хоккейных коробках, любом спортивном зале.**

**5. Флорбол – единственный вид командного спорта, в котором могут организовываться смешанные по полу команды – «Микст».**

**6. Флорбол – круглогодичный вид спорта, игра организуется как в закрытых, так и на открытых площадках.**

**7. Допускается изменение количества полевых игроков (от трех и более) в зависимости от размеров площадки.**

**8. И, наконец, флорбол – это очень динамичная и зрелищная командная игра.**

## **ВЛИЯНИЕ ФЛОРБОЛА НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА.**

**Флорбол, как и другие спортивные игры и упражнения, способствует укреплению здоровья детей, совершенствованию функций организма (дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем и т.д.), способствует физическому развитию. Особо благоприятные условия часто создаются для развития точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве. Помимо влияния флорбола непосредственно на организм ребенка необходимо рассмотреть психологическую характеристику. Среди развивающихся во время игры во флорбол психических качеств следует выделить внимание, восприятие, волевые качества. Эффективность игровой деятельности в значительной мере связывается с проявлением внимания, его объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения. При этом под объемом внимания понимается способность игрока одновременно держать в поле зрения несколько объектов: мяч, игроков противника и партнеров.**

# Экипировка для флорбола

**Форма для полевых игроков одной команды должна быть одинаковой. В ее комплект входят шорты, футболка и гетры. женских разрядах допускаются специальные юбки.**



**Цвет формы ограничений не имеет, за исключением серых оттенков. Гетры должны защищать всю голень.**

**В амуницию вратарей также входят перчатки, маска, длинные брюки и свитер, которые закрывают тело и лицо от попадания мяча. В детских разрядах голкиперам разрешается надевать специальный шлем.**



**У каждого игрока должен быть свой номер (от 1 до 99). Обувь может быть произвольная, но без шипов на подошве. Полевым игрокам запрещается во время матча иметь травмоопасную экипировку, такую как часы, браслеты, серьги и т.д.**

# *\*Полевые игроки*







# \*Вратарь



# Стандарты площадки

*Игровое поле представляет собой прямоугольник со сторонами 40 и 20 м. По краям площадка закрывается небольшими бортиками с закругленными углами. Для мини-флорбола (4 на 4 игрока) допустимые размеры поля - 24 на 14 м.*



*Разметка должна включать в себя центральную линию, штрафные и вратарские зоны, точку вбрасывания. Размер ворот во флорболе составляет 160 на 115 см.*

*В скором времени флорбол войдет в «Олимпийскую семью»*



Juri Danilow © 2013 (www.ukka.makes.it)

"С юного возраста -

к Олимпийским медалям"



www.floorball.org.ru