

**МБОУ «Русско-татарская средняя общеобразовательная школа №81  
с углубленным изучением отдельных предметов имени В.А.Григорьева»**

«РАССМОТРЕНО»  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
Протокол № 1 от  
«29 » августа 2023г

«СОГЛАСОВАНО»  
Заместитель руководителя  
по УР МБОУ «Школа №81»  
\_\_\_\_\_ /А.Х. Хабибуллина  
«29» августа 2023г

«УТВЕРЖДАЮ»  
Руководитель МБОУ  
«Школа №81»  
\_\_\_\_\_ /А.А. Ярцева/  
Приказ № 243 от  
«01» сентября 2023г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности  
«Флорбол»  
для 5-6 классов

Составитель:  
Учитель физкультуры  
Тимофеев А.А.

## **Пояснительная записка**

Настоящая рабочая программа по внеурочной деятельности «Флорбол» для студентов разработана на основании следующих нормативных правовых документов:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74223)
- Устава школы

Общеобразовательная - общеразвивающая программа «Флорбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Целевая направленность физической культуры в общеобразовательной школе в настоящее время заключается в подготовке физически здорового поколения, способного повышать уровень своего физического развития посредством новейших образовательных технологий. Игра в флорбол привлекательна своей разновозрастной доступностью. В тоже время флорбол улучшает работу сердечно сосудистой и дыхательной систем. Укрепляет костную систему, развивает подвижность суставов, увеличивает силу и эластичность мышц. Постоянно меняющаяся игровая обстановка способствует улучшению периферического зрения, точности и ориентировки в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Проявляются положительные эмоции: Жизнерадость, бодрость, желание победить. Благодаря своей эмоциональности игра в флорбол представляет собой средство не только физического развития, но и психологической разгрузки.

Программа, опираясь на особенности развития флорбола, как вида спорта, использует основные методические положения для реализации задач физического воспитания студентов.

**Новизна** программы связана с тем, что этот вид спорта ещё мало известен, а поэтому интересен. Кроме того он развивает такие двигательные качества, как координация, гибкость, скоростные и скоростно-силовые способности.

**Актуальность** программы заключается в её новизне. Она стимулирует готовность пробовать свои силы в новом виде спорта, реализовать свои желания участвовать в соревнованиях. Основой подготовки занимающихся флорболом является универсальность в овладении технико-тактическими приёмами игры.

**Педагогическая целесообразность** – заключается в развитии разнообразных умений и навыков, таких как моторика, умственные способности, понимание сути игры и социальные навыки.

### **Цели и задачи**

**Цель:** укрепление здоровья, формирование основ двигательной культуры, удовлетворение биологической потребности в движениях в процессе приобщения учащихся к элементам флорбола.

**Задачи:**

***Оздоровительные:***

- способствовать совершенствованию деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной систем, правильному функционированию внутренних органов;
- способствовать развитию всех групп мышц;
- способствовать развития функций центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижности), органов чувств, двигательного анализатора.

***Образовательные:***

- формировать первоначальные представления о флорболе (познакомить с правилами игры, инвентарем, действиями игроков);
- формировать у детей двигательные умения и навыки (общие и специальные, т.е. присущие данному виду спорта);
- развивать физические качества (быстрота, ловкость, сила, выносливость).

***Воспитательные:***

- воспитывать интерес к занятиям спортом;
- в процессе игры воспитывать следующие качества: ответственность, чуткость, внимательное отношение к товарищу, справедливость, дисциплинированность;
- учить следовать правилам;
- стараться избегать споров и конфликтов, в случае необходимости решать их конструктивным способом.

### **Принципы построения программы.**

Обучение строится на следующих педагогических принципах:

- личностно-ориентированного подхода;
- природообразности (учитывается возраст воспитанников);
- сотрудничества;
- систематичности, последовательности, наглядности обучения;

- от простого к сложному.

**Сроки реализации программы** – программа ориентирована на студентов без специальной подготовки. Программа рассчитана на 1 год обучения.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 1 раз в неделю (34 часов в год).

**Форма организации деятельности** – групповое занятие

### **Форма организации занятия**

**Теоретические** — занятия в виде лекций, бесед и т.п., на которых излагается материал по Правилам и Регламентам флорбола, изучаются элементы движений спортсмена, технические приемы работы клюшкой и мячом, тактические схемы и установки выполнения игровых ситуаций. К данному виду занятий относятся детальные разборы и анализ игровых ситуаций прошедших соревнований, а также анализ видеозаписей игр.

В зависимости от возрастной категории обучаемых и года обучения методика теоретических занятий предусматривает вспомогательный учебный материал: макет игрового поля, графические схемы тренировок, видеозаписи. Теоретические занятия проводятся как в составе группы, так и индивидуально, при обоснованной необходимости. На данных занятиях, как правило, производится контрольный опрос, позволяющий выявить степень усвоения материала.

Объем материала, выделенный в теоретический этап обучения необходим и достаточен для двухлетней подготовки игроков, обеспечивает знания на начальном периоде обучения и отвечает требованиям подготовки Российского флорбола.

**Практические** — занятия, в ходе которых выполняются конкретные задания по отработке умений и навыков в выполнении технических и тактических приемов игры, как индивидуально, так и в составе команды. Все практические занятия безусловно построены на предварительной теоретической подготовке, детальных разборах и поэлементных отработках. Практические занятия самые длительные и трудоемкие и охватывают: индивидуальную техническую подготовку, техническую и тактическую командные подготовки. Почти все практические занятия составляют игровую практику обучаемых. Объем практических занятий почти всегда имеет дефицит времени в программе, который в некоторой степени может быть уменьшен за счет комбинированных занятий.

**Комбинированные** занятия — занятия, совмещающие теоретическую и игровую подготовку, на которых одновременно происходит детальный разбор и отработка технических и тактических приемов игры с разбивкой группы на части по 2-3 обучаемых. На данных занятиях происходит неоднократный теоретический и практический разбор и показ каждому обучаемому отрабатываемых элементов и приемов с локальной игровой практикой. Как правило, эти занятия

охватывают темы по изучению стандартных игровых ситуаций, наиболее четко и однозначно прописанных в Правилах.

**Практические занятия** составляют основу обучения и поэтому в их состав также входит игровая практика в виде соревнований, турниров и пр. видов открытых игр, как предусмотренные настоящей программой, так и дополнительная, организованная федерацией флорбола.

**Контрольные** — занятия, проходящие в формах контрольного опроса, нормативно-тестовой оценки, зачетов и диагностики.

Очень важный этап обучения, в проведении которого участвуют не только педагог и обучаемый, но и третий лица (медицина, судейство и т.п.).

Необходимость этих занятий — установить уровень и качество усвоения материала, определить и зафиксировать динамику развития и подготовки, соответствие возрастным нормативам, провести анализ и прогнозирование результатов дальнейшей подготовки, выйти на уровень начального флорбола и спортивной профориентации (до присвоения первичных разрядов). Данный вид занятий проходит, как постоянно, так и поэтапно в течение обучения

### **Ожидаемые результаты.**

Ожидаемые результаты освоения настоящей программы рассматриваются и оцениваются по следующим критериям:

К концу обучения студент научится:

- пониманию истории развития вида спорта «Флорбол» в стране и в мире;
- правилам игры в флорбол;
- технике выполнения двигательных действий игры флорбол;
- тактическим приемы в флорболе;
- содержанию физических упражнений игры флорбол;
- способам организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием средств флорбола, правила использования спортивного инвентаря и оборудования.

Умению:

- выполнять основные технические и тактические приемы флорбола;
- организовать самостоятельные занятия с использованием средств флорбола;
- проводить разминку, организовать проведение игры во флорбол, подвижных игр;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях.

**Развитию качества личности:**

- воспитать интерес и стремление к здоровому образу жизни;
- повысить общую и специальную работоспособность обучающихся;
- развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.

### **Структура занятий**

1. Разминка.
2. Ознакомление детей с новым материалом (показ, повторение детьми, включение в игровое упражнение).
3. Повторение и закрепление уже известного и совершенствование уже имеющихся двигательных навыков в процессе игр и упражнений.

**Формы организации деятельности студентов на занятиях:**

- эстафета;
- соревнование;
- тренировка;
- игра.

**Приемы и методы обучения:**

- словесный;
- наглядный;
- практический;
- игровой.

## **Учебно-тематический план.**

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общехищическая подготовка (ОФП)	12
3	Специальнофизическая подготовка (СФП)	17
4	Основы техники игры	20
5	Основы тактики игры	15
	Итого	68

### **Содержание программы**

Программа построена на принципах доступности, системности и преемственности. Программой предусматривается взаимосвязь при изучении понятий всего курса.

Программа курса «Флорбол» включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются история возникновения и развития флорбола, правила игры, жесты судей, вопросы техники и тактики игры во флорбол. В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися акцентируется внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов.

#### **Теоретическая подготовка.**

**Обеспечение техники безопасности в флорболе.** Основные причины, вызывающие травмы в флорболе. Требования, предъявляемые к инвентарю и одежде. Поведение игроков во время тренировок и соревнований.

**Флорбол в России и за рубежом.** Происхождение и первоначальное развитие флорбола. Появление и развитие современного флорбола в России и за рубежом.

**Правила игры.** Организация и проведение соревнований. Изучение правил игры. Основные права и обязанности игроков. Значение спортивных соревнований.

**Изучение и анализ техники основных приемов игры.** Понятие о спортивной технике. Характеристика основных технических приемов флорбола. Изучение и анализ тактики игры.

**Общие понятия о технике и тактике игры.** Тактика игры в нападении и в обороне, при переходе от нападения к обороне и наоборот.

**Места занятий. Оборудование. Одежда и инвентарь спортсменов в флорболе.** Поле для проведения тренировочных занятий и соревнований. Подсобное оборудование и его назначение. Уход за спортивным инвентарем и оборудованием. Требования к спортивной одежде, оборудованию, инвентарю.

#### **Общая физическая подготовка.**

**Строевые упражнения.** Команды для управления группой. Построение, расчет. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Повороты на месте и в движении. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

**Общеразвивающие упражнения без предметов.** Упражнения для рук и плечевого пояса, упражнения для мышц шеи, упражнения для мышц туловища, упражнения для мышц ног.

**Общеразвивающие упражнения с предметами.** Упражнения с набивными мячами, упражнения в парах с передачами, бросками и ловлей мяча, упражнения со скакалкой, упражнения с малыми мячами: броски; ловля мячей после подбрасывания вверх, удара об пол, удара в стену: ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

**Акробатические упражнения.** Группировка в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад), из исходного положения сидя, из упора присев и из основной стойки. Перекаты в сторону из положения лежа и упора стоя на коленях. Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки.

**Легкоатлетические упражнения.** Бег: бег с ускорением до 30-40 м.; повторный бег 2-3 раза по 20 – 30 м.; бег 30 – 60 м. с низкого старта; эстафетный бег с этапами до 60 м.; бег до 60 м. с препятствиями; бег в чередовании с ходьбой до 400 м.; кросс 1000-2000 м.

**Подвижные игры.** Игры с мячом, с беговыми упражнениями, с прыжками, с метанием, с сопротивлением, на внимание, на координацию: «Гонки мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Борьба за мяч».

**Эстафеты.** Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, с расставлением и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

### **Специальная физическая подготовка.**

**Упражнения для развития быстроты.** По зрительному сигналу ускорения с места с максимальной скоростью на 5, 10, 15 м. Ускорения из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Бег по виражу, по спирали, кругу, восьмерке (лицом и спиной вперед). Упражнения с мячами (футбольными, баскетбольными, теннисными) у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в

максимально быстрым темпом. Подвижные игры: «Вызов», «Скалки-перестрелки», «Бегуны», «Круговая охота», «Мяч капитану».

**Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.** Прыжки с места и с разбега. Прыжки со скакалками. Метание набивных мячей весом до 1кг. от груди, из-за головы, сбоку, снизу, вперед, назад. Упражнения с набивными, футбольными, баскетбольными мячами: сгибание и разгибание рук, маховые и круговые движения, броски на дальность, ловля мячей. Подвижные игры: «Бой петухов», «Перетягивание через черту» и др. Спортивные игры: футбол.

**Упражнения для развития выносливости.** Длительный равномерный бег (частота пульса 140-160 уд/мин). Переменный бег (частота пульса 130-170 уд/мин) Кроссы 1-2 км. Интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин. (работа 5-12 с., интервалы отдыха 15-30 сек.) Чередование бега с максимальной, умеренной и малой скоростью. Серийное, интервальное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного упражнения не больше 20-30 сек., интервалы отдыха 1,5-2,5 мин., число повторений в серии 3-5 раз, интервалы отдыха между сериями 10-12 мин., число серий 1-2).

**Упражнения для развития ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Бег с прыжками через препятствия. Игра клюшкой стоя на коленях, в полуприседе и в приседе. Выполнение изученных способов остановки и передачи мяча во время ходьбы, бега, прыжков, после ускорений. Передача мяча в движущуюся цель. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом», «Ловля парами», «Невод» и т.д.

**Упражнения для развития гибкости.** Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Упражнения с клюшкой и партнером. Упражнения для увеличения подвижности суставов и растягивания мышц, несущих основную нагрузку в игре.

## **Техническая подготовка.**

**Техника передвижения.** Стойка флорболиста (высокая, средняя, остановками). Бег. Бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Бег спиной вперед. Бег приставными и скрестными шагами.

## **Техника владения клюшкой и мячом.**

**Техника нападения.** Обучение хвату клюшки одной, двумя руками. Ведение мяча. Ведение без отрыва клюшки от мяча (перед собой, сбоку). Ведение мяча толчками концом крюка и серединой крюка (перед собой, сбоку). Ведение (широкое и короткое). Ведение мяча «восьмеркой». Бросок мяча. Выполнение броска с «удобной» и «неудобной» стороны, на месте и

в движении. Остановка мяча ногой, бедром, грудью, клюшкой. Выполнение остановки мяча с уступающим и безуступающим движениями. Остановки с «удобной» и «неудобной» стороны.

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

**Техника игры вратаря.** Обучение основной стойке. Принятие основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, передвижение толчком голеностопа – выполнение упражнения (например, передвижение влево – основная стойка, передвижение вправо – основная стойка). Ловля и отбивание мяча. Обучение передвижению в воротах в основной стойке. Обучение ловле мяча рукой, отбиванию его ногой, туловищем, головой.

#### **Тактическая подготовка.**

**Тактика игры в нападении.** 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 передачам 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. Обучение умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам.

#### **Планируемые результаты освоения программы.**

Результаты освоения программного материала по программе «Флорбол» оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы «Флорбол». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия флорболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированных качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программы «Флорбол», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

**Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы «Флорбол». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по флорболу.

### **Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Флорбол»**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Ознакомление с правилами безопасности на занятиях по флорболу. Обучение хвату клюшки одной рукой, двумя руками.	1
2	Обучение хвату клюшки одной рукой, двумя руками. Обучение стойке флорболиста (высокая, средняя, низкая)	1
3	Обучение хвату клюшки одной рукой, двумя руками. Обучение стойке флорболиста (высокая, средняя, низкая)	1
4	Закрепление техники хвату клюшки одной рукой, двумя руками. Передвижение по площадке бег с прыжками, поворотами	1
5	Прием и передача мяча на месте.	1
6	Прием и передача мяча на месте.	1
7	Прием и передача мяча в парах в движении.	1
8	Прием и передача мяча в парах в движении.	1
9	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча.	1
10	Основные приемы и упражнения по приему, остановке и ведению мяча	1
11	Ведения мяча перед собой, сбоку по прямой и по дуге. Эстафеты с клюшкой и мячом.	1
12	Ведения мяча по прямой и по дуге. Эстафеты с клюшкой и мячом.	1
13	Передвижение по площадке бег с прыжками, поворотами, резкими остановками. Ведения мяча перед собой, сбоку по прямой и по дуге.	1
14	Техника передвижений по площадке без клюшки, с клюшкой.	1
15	Понятия об ударах и бросках, теоретические пояснения выполнения ударов и бросков по элементам.	1
16	Техника выполнения броска на месте и в движении	1

17	Техника выполнения броска на месте и в движении	1
18	Обучение технике отбора мяча	1
19	Обучение технике отбора мяча.	1
20	Совершенствование ведения мяча. Учебная игра.	1
21	Изучение техники игры в вратаря Учебная игра.	1
22	Изучение техники игры в вратаря Учебная игра.	1
23	Совершенствование техники владение клюшкой и мячом.	1
24	Тактика нападения: выполнения броска в движении. Парная эстафета.	1
25	Тактика нападения: выполнения броска в движении. Парная эстафета.	1
26	Тактика нападения ведения и бросок мяча. Техника игры вратаря. Учебная игра.	1
27	Тактика нападения: остановка мяча ногой и бедром. грудью, клюшкой. Учебная игра.	1
28	Тактика нападения: остановка мяча ногой и бедром. Учебная игра.	1
29	Тактика нападения: остановка мяча грудью и клюшкой. Учебная игра.	1
30	Тактика нападения: остановка мяча грудью и клюшкой. Учебная игра.	1
31	Тактика нападения: остановка мяча ногой. Эстафета с клюшкой и мячом.	1
32	Тактика нападения: остановка мяча ногой. Эстафета с клюшкой и мячом.	1
33	Тактика нападения: бросок мяча с удобной и неудобной стороны. Учебная игра.	1
34	Тактика нападения: бросок мяча с удобной и неудобной стороны. Учебная игра.	1
	Итого	34

### Список литературы

1. Баженов, А.А. Правила соревнований и технические приемы во флорболе / А.А. Баженов // Физическая культура в школе. – 2005. - № 5. – С. и № 6.
2. Баженов, А.А. Флорбол. Тактика игры / А.А. Баженов // Физическая культура в школе, 2007, № 1 и № 2.
3. Быков, А.В. Оборонительные действия в структуре технико-тактических показателей игроков различных амплуа во флорболе / А.В. Быков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2011. - № 2 (72). – С. 31-34.
4. Быков, А.В. Спорный мяч и способы его выигрыша в игровой деятельности флорбольных команд / А.В. Быков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2012. - № 4 (86). – С. 15-20.
5. Быков, А. В. Флорбол. Правила соревнований : учебное пособие / А. В. Быков - Северодвинск : Изд-во Севмаштуз, 2010. - 56 с.

6. Комков, А.Г. Методические особенности обучения во флорболе / А.Г. Комков, А.В. Быков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. - № 1. – С. 66-70.
7. Костяев В.А. Методика начального обучения технике флорбола. Сборник «Современные проблемы и развитие физической культуры и спорта» – Архангельск: АГМА, 2008. – 83с.
8. Репина, В. Тренируемся и играем в удовольствие / В. Репина // Спорт в школе. – М. : Изд. Дом «Первое сентября», 2005. - № 21
9. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : рек. УМО вузов РФ по пед. образованию в качестве учеб. для студентов пед. вузов по специальности 033100-Физическая культура / под ред. Ю.Д. Железняка; под ред. Ю.М. Портнова .— М. : Академия, 2012 .— 517, с.

**Список литературы для детей:**

10. <http://www.floorballclub.ru/floorball/history.shtml>- история флорбола