

# ФЛОРБОЛ

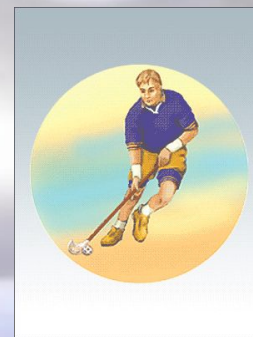


# ПРОИСХОЖДЕНИЕ ФЛОРБОЛА



Впервые флорбол появился в Швеции, где в него начали играть в середине 70-х годов.

Эта новая игра прижилась по всему миру, так как подобные игры были популярны в течение всего 19-го века.



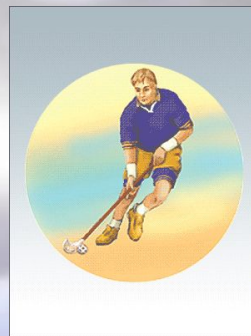


# ОБОРУДОВАНИЕ И ЭКИПИРОВКА

Экипировка игроков флорбола  
делится на:

▣ Экипировку полевого игрока

▣ Экипировку вратаря



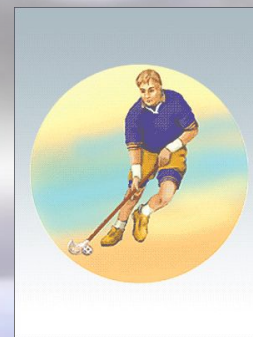
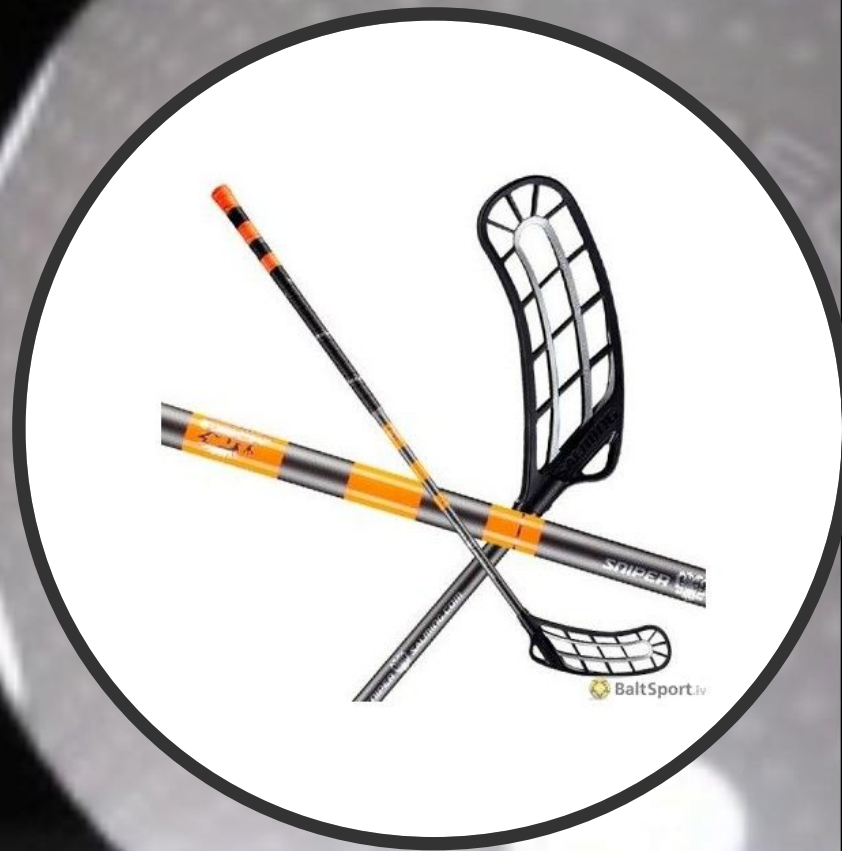
# Части клюшки

## ■ Рукоятка

Рукоятки клюшек обычно выполняются из стеклопластика, углепластика или углеродного волокна. Изготовленные из таких материалов рукоятки делают клюшки очень легкими и долговечными. Как правило, вес составляет приблизительно 150-250 граммов.

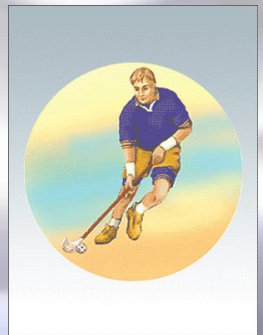
## ■ Крюк

Обычно крюки изготавливают из различных композитных пластмасс (полиэтилена PE, полиэтилена высокой прочности HDPE) или композитного нейлона (PA). Некоторые производители включают в состав материала стеклопластик или углеродное волокно.



# ЭКИПИРОВКА ВРАТАРЯ

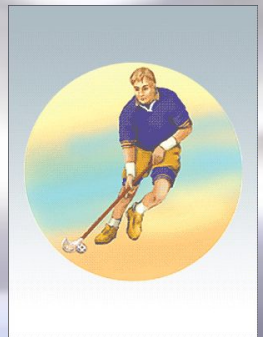
- Экипировка вратаря состоит из длинных штанов, рубашки с длинным рукавом, маски / шлема, перчаток и обуви. Кроме того, рекомендуется использовать специальные накладки на колени и область гениталий.





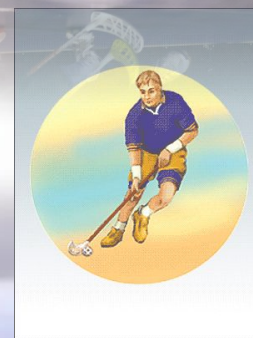
# ВОРОТА И ПЛОЩАДКА

- ▣ Ворота должны быть размером 115 см х 160 см х 60 см. Они изготавливаются из трубчатого профиля нужной формы (15 мм) и окрашиваются в красный цвет. На воротах закрепляется сетка. Необходимая площадка: 40 м х 20 м с бортом высотой 50 см, имеющим закругленные углы.
- ▣ Во флорбол можно играть практически в любом месте, но лучше всего для этой цели подходит матовое деревянное или пластиковое напольное покрытие.



# Качества хорошего игрока:

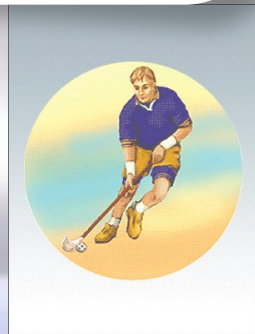
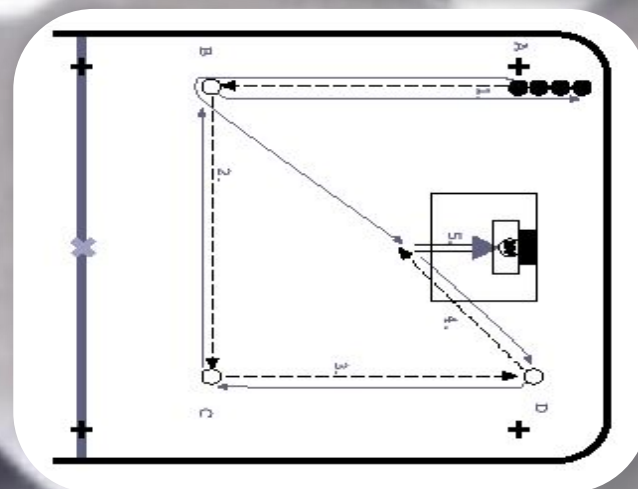
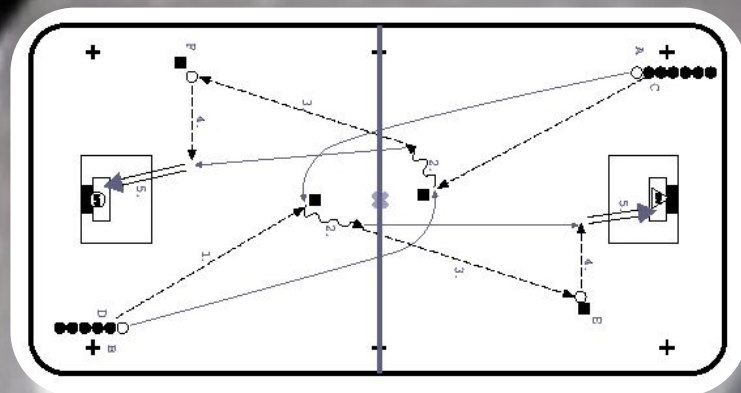
- хорошая моторика
- хорошие скоростные качества
- **ВЫНОСЛИВОСТЬ**
- **СИЛА**
- **ЛОВКОСТЬ**
- умение контролировать мяч
- навыки выполнения передач
- хорошие умственные способности
- умение выполнять разнообразные роли в процессе игры:
  - 1. ведение мяча
  - 2. поддержка другого члена команды, владеющего мячом
  - 3. защита игрока, владеющего мячом
  - 4. защита игрока без мяча



# ОСНОВНЫЕ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ИГРЫ

## Передача мяча:

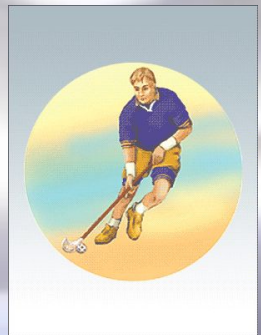
- Крюк следует держать как можно ближе к мячу.
- После паса крюк должен смотреть в направлении передачи.
- передачи.
- Необходимо удерживать сбалансированную стойку.
- Голова должна быть постоянно поднятой, чтобы иметь хороший обзор поля.
- Ровным крюком пас выполнять легче, при этом передачи более точны.





# ОСНОВНЫЕ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ИГРЫ

- ▣ Прием мяча:
  - крюк на полу,
  - устойчивое равновесие,
  - голова постоянно поднята для хорошего обзора поля, касаться мяча следует плавно, «мягкими руками»
  
- ▣ Выполнение удара:
  - удар выполняется запястьем: мяч удерживается крюком,
  - сильный удар: крюк касается пола непосредственно перед выполнением удара, голова поднята.



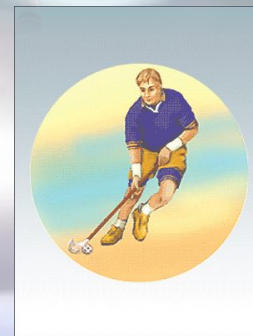
# ОСНОВНЫЕ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ИГРЫ

## ▣ Контроль мяча:

- игрок имеет устойчивое равновесие,
- для контроля мяча используются корпус, стопы и руки,
- крюком следует прикрывать мяч со стороны противника,
- необходим хороший контроль движения мяча.

## ▣ Ведение мяча:

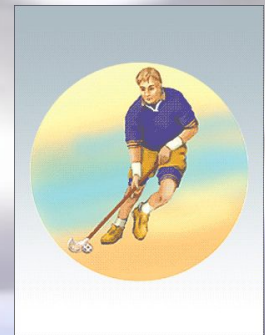
- мяч постоянно удерживается крюком,
- следует выполнять легкое касание без ударов, + пасы следует выполнять как слева, так и справа, + выполняется контроль мяча.



# ОСНОВНЫЕ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ИГРЫ

## Обвод:

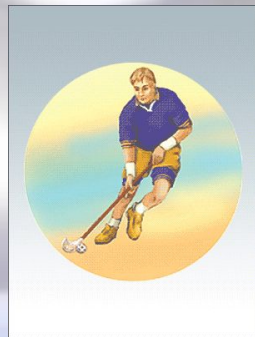
- необходимо максимально развивать навыки владения мячом, необходимо уметь хорошо развивать скорость и работать корпусом,
- обвод следует выполнять вовремя,
- следует пытаться вести защитника в ту сторону, которая необходима Вам.





# ПРАВИЛА ИГРЫ ВО ФЛОРБОЛ

- 1.** В игре участвуют от 3 до 5 полевых игроков и вратарь, в зависимости от размера игровой площадки.
- 2.** Команда состоит минимум из шести и максимум из двадцати игроков.
- 3.** Игра проводится в 3 периода по 20 мин чистого времени.
- 4.** Площадка должна иметь бортик высотой 50 см.
- 5.** Размер ворот - 115 см x 160 см, перед воротами - площадь ворот (2,5 метра x 1 метр), где может находиться только вратарь. Отсюда можно играть в мяч, но только клюшкой.
- 6.** Вратарская площадка - 4 м x 5 м, здесь обычно играет вратарь.



# ПРАВИЛА ИГРЫ ВО ФЛОРБОЛ

**7.** Вратарь не должен удерживать мяч дольше трех секунд, а при броске мяч должен удариться в пол перед средней линией поля.

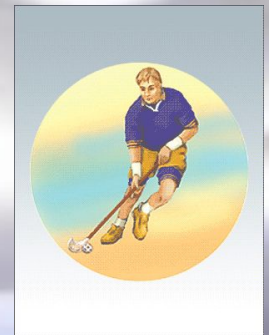
**8.** Если мяч покидает площадку, команда соперника вводит мяч в игру с расстояния одного метра от той точки, откуда ушел мяч. Если мяч покидает поле в конце площадки, то команда соперника продолжает игру от угла.

**9.** При выполнении свободного удара соперник должен находиться не ближе трех метров от мяча, включая клюшку.

**10.** Разрешается только один раз подыграть себе ногой, не передавая мяч партнеру по команде.

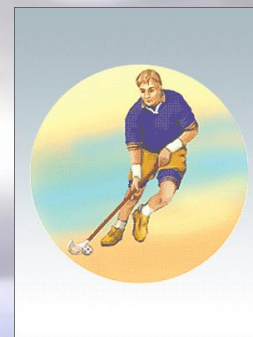
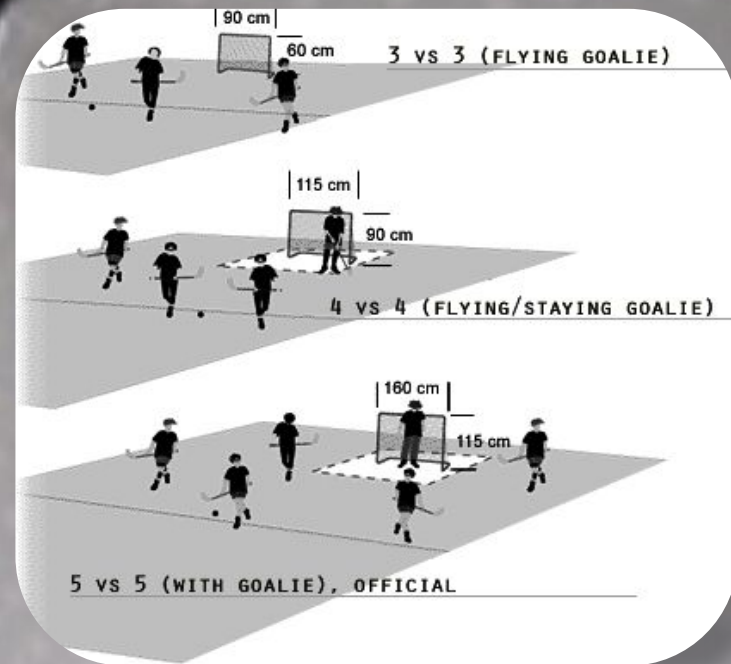
**11.** Нельзя отбивать мяч руками или головой.

**12.** Разрешается отбивать мяч в воздухе, если он находится ниже уровня Вашего колена.

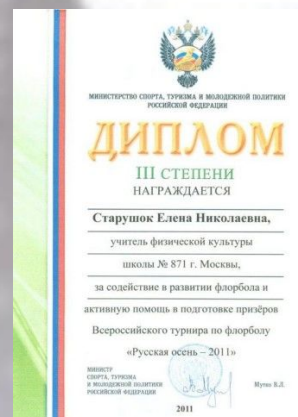



# ПРАВИЛА ИГРЫ ВО ФЛОРБОЛ

13. Толкание и подножки запрещены.
14. Нельзя играть без клюшки.
15. Не разрешается играть мяч в прыжке.
16. Нельзя играть мяч при касании пола рукой, или если игрок стоит на полу обоими коленями (одним коленом допускается).
17. Свободный удар или 2-минутное удаление назначается в следующих случаях:
  - игра высоко поднятой клюшкой, удар противника клюшкой,
  - игра руками или головой, подножка, толчок, блокировка,
  - бросание клюшкой, несоблюдение игрового расстояния при выполнении свободного удара,
  - штрафной удар назначается в случае нарушения, совершенного в непосредственной близости от ворот или во время голевой ситуации.









**Спасибо за  
внимание!**