




**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Родниковская средняя общеобразовательная школа**

РАССМОТРЕНО Руководитель ШМО  Т.В.Коробейникова Протокол №1 от «30» 08 2024 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Е.С.Рудачев Протокол №1 от «30» 08 2024 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор  А.А.Юферева Приказ № 01-13-144 от «30» 08 2024 г.
---	---	---



**Дополнительная общеобразовательная общеобразовательная программа  
Тег - регби**  
направленность спортивно - оздоровительная  
Возраст обучающихся: от 7 до 10 лет  
Срок реализации: 1 год

**Родники, 2024**

## **Пояснительная записка**

Образовательный модуль «тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования (далее – Модуль) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования и с учетом примерных основных образовательных программ начального общего и основного общего образования, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения российской Федерации от 24.12.2018 г.

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

- право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п. 6 п.3 ст.28 Закона);

- право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

В содержании Модуля специфика регби сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

**Цель модуля** - формирование физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации с использованием средств регби для укрепления и сохранения собственного здоровья, профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

**Задачи модуля:**

1. Формирование навыков здорового образа жизни средствами тег-регби.
2. Развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков для игры в тэг-регби.
3. Укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения и воспитание гармонично развитой личности, нацеленной на многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности.
4. Воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности средствами тэг-регби.
5. Популяризация вида спорта тег-регби среди детей и молодежи.
6. Вовлечение большого количества занимающихся тэг-регби.

Преимущество Модуля состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии

решают комплекс основных задач физического воспитания на ступени начального, основного общего образования;

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся.

являются действенным средством укрепления здоровья обучающихся и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе тэг-регби.

Данная программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Актуальность:** реализации программы «Тег - Регби» состоит в том, что она способствует формированию здорового образа жизни учащихся, знакомит их с новым для многих видом спорта регби в адаптированном бесконтактном и не травмоопасном варианте и дает возможность ребёнку выбрать для себя путь развития в командном виде спорта. Полезность программы заключается в том, что её содержание обеспечивает постоянную двигательную активность учащихся, а это в настоящее время очень востребовано и актуально. «Регби – это идеальный вид спорта для мальчишки: ты чувствуешь команду, это очень важно. В одиночку здесь ничего не добиться. При этом, будучи с большой буквы Командным видом спорта, регби не подавляет индивидуальность. Место найдётся каждому: и маленькому, и худенькому, и крупному. Эта игра помогает преодолеть страх, учит находить решения. А в жизни это очень ценно, ведь она во многом состоит из неприятных вещей, когда нужно бороться, преодолевать, страдать. Так что регби - это школа не только спортивная, но и жизненная!». Это говорит о востребованности программы «Регби» в социуме, социальном заказе родителей и детей на развитие данной образовательной услуги, которая будет удовлетворять потребности<sub>4</sub>

учащихся в нравственном, интеллектуальном, физическом развитии детей, формировании культуры здорового образа жизни.

Отличительными особенностями программы «Регби» является акцент на создание ситуации успеха, использования личностно-развивающих технологий в процессе работы с детьми. Так как регби - это не только симбиоз игровых видов спорта, легкой атлетики, футбола и борьбы, но также это система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств человека, патриотизма и гражданственности. Регби - это в своем роде школа жизни. Регби не только учит самой игре, как таковой, но и дает богатый жизненный опыт, формирующий твердый характер, стойкость и выносливость. Регби способствует выработке самодисциплины, формирует внутреннюю нравственную опору и сильную личную позицию в достижении жизненных целей. Регби формирует социальную опору общества, людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину. Традиции регби почитают во всем мире, так как это игра с определенными принципами, применимыми и в жизни: движение вперед, поддержка, непрерывность действий и т.д. Дисциплина является неотъемлемой частью игры, как на поле, так и вне его, и отражается через соблюдение правил, положений и основных ценностей регби.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы на основе курса «Тэг -Регби».**

В результате изучения программы «Тэг-регби» обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения Модуля. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий по тэг-регби, с учетом индивидуальных особенностями физического развития и физической подготовленности;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия по тэг-регби, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование<sub>6</sub>

спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время занятий тэг-регби, а также в учебной и игровой деятельности.

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий в тэг-регби, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

Метапредметные результаты:

- восприятие вида спорта «тэг-регби» как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и асоциального поведения.

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью

окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий по тэг-регби;

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий тэг-регби для профилактики психического и физического утомления.

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

- владение двигательными действиями и физическими упражнениями тег-регби и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### **Предметные результаты**

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения Модуля и проявляется в знаниях и



способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по тэг-регби.

#### Предметные результаты

- знания истории и развития регби, олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте занятий тэг-регби в организации здорового образа жизни.

- способность организовывать самостоятельные занятия по тег-регби, направленные на формирование телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения различной направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, объективно оценивать их;

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре и тег-регби, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

- способность осуществлять судейство соревнований по тэг-регби, владеть информационными жестами судьи.

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для физической подготовки регбиста;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

### **Место учебного предмета «Тег-регби» в учебном плане:**

Данная рабочая программа в МБОУ Родниковской СОШ рассчитана на 136 часов в год, 4 час в неделю.

**Формы занятий:** Игры (познавательные, творческие, диагностические, ролевые и т.д.); Конкурсы; Соревнования;

**Виды занятий:** Фронтальные, Групповые, Индивидуальные.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:** Результативность участия в мероприятиях всех уровней; Коллективный анализ работ; отзывы о работе кружка, объединения, спортивной секции и т.д.

### **Содержание рабочей программы**

Содержание учебного процесса определяется настоящей программой и учебными планами, в которых определяется минимум содержания учебного материала.

Эффективность учебного процесса определяется чёткой структурой, представляющей собой относительно устойчивый порядок объединения компонентов учебного процесса, их общую последовательность и закономерное соотношение друг с другом.

Основными формами учебных занятий является урок в виде учебно-тренировочных занятий, индивидуальных занятий, мероприятий восстановительной направленности, участие в спортивных соревнованиях.

Исходя из целей, занятия могут быть учебными, учебно-тренировочными, контрольными, соревновательными. Цель обучающих уроков сводится к усвоению нового материала. На учебно-тренировочных занятиях идёт не только изучение нового материала, закрепление пройденного, но и уделяется внимание общей и специальной работоспособности. Контрольные уроки применяются в конце прохождения определенного раздела учебной программы. На таких уроках принимаются зачёты по технике, проводится тестирование, что позволяет

наглядно представить качество проведённой работы.

Данные занятия строятся в соответствии с общими закономерностями построения урока по физическому воспитанию. Эффективность урока зависит от степени рациональной организации плотности занятий, оптимальной дозировки нагрузки, учёта индивидуальных особенностей обучающихся. В зависимости от этих факторов и этапов подготовки, занятия могут проводиться с помощью различных организационных форм:

- групповая форма обучения создаёт хорошие условия для микросоперничества во время занятий, а также воспитывает чувство взаимопомощи при выполнении упражнений;

- индивидуальная форма обучения: обучающиеся получают задания и работают самостоятельно, что даёт возможность воспитывать у них чувство самоконтроля и творческого подхода к занятиям. Используя этот вариант ведения занятий, учитель может дозировать индивидуальную нагрузку для каждого обучающегося;

- фронтальная форма обучения позволяет учителю одновременно контролировать выполнение задания всеми обучающимися, так как одно и то же упражнение выполняется всеми одновременно.

Все занятия, кроме теоретических, состоят из трёх частей: вводно-подготовительной, основной и заключительной.

## Календарно – тематический план

№	Тема	Кол.-во часов	Дата
1.	Техника безопасности. Правила регби	1	
2.	Определение уровня скоростно-силовой подготовки	1	
3.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
4.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
5.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
6.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
7.	ОФП. Развитие выносливости	1	
8.	ОФП. Развитие выносливости	1	
9.	ОФП. Развитие выносливости	1	
10.	Расположение игроков по амплуа.	1	
11.	Виды передвижений	1	
12.	Виды передвижений	1	
13.	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	
14.	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	
15.	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	
16.	Совершенствовать виды передвижений.	1	
17.	Совершенствовать виды передвижений.	1	
18.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
19.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
20.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
21.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
22.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
23.	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	
24.	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
25.	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
26.	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
27.	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
28.	ТЭГ-РЕГБИ. Требования безопасности. Правила. Начальное обучение	1	
29.	ТЭГ-РЕГБИ. Требования безопасности. Правила. Начальное обучение	1	
30.	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики	1	
31.	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики	1	

32.	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики	1	
33.	Обучение передаче мяча на короткой дистанции.	1	
34.	Обучение передаче мяча на короткой дистанции.	1	
35.	Обучение передаче мяча на короткой дистанции.	1	
36.	Обучение передаче мяча на короткой дистанции.	1	
37.	Обучение передаче мяча средней дистанции.	1	
38.	Обучение передаче мяча средней дистанции.	1	
39.	Обучение передаче мяча средней дистанции	1	
40.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
41.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
42.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
43.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
44.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
45.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
46.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
47.	Обучение передачи мяча в движении Игра 4x4	1	
48.	Закрепление техники передвижений в атаке.	1	
49.	Закрепление техники передвижений в атаке.	1	
50.	Закрепление техники передвижений в атаке.	1	
51.	Закрепление техники передвижений в защите.	1	
52.	Закрепление техники передвижений в защите.	1	
53.	Закрепление техники передвижений в защите.	1	
54.	Закрепление техники передвижений в играх.	1	
55.	Закрепление техники передвижений в играх.	1	
56.	Закрепление техники передвижений в играх	1	
57.	Закрепление техники передвижений в играх	1	
58.	Закрепление техники передвижений в играх	1	
59.	Закрепление передачи мяча.	1	
60.	Закрепление передачи мяча.	1	
61.	Закрепление передачи мяча.	1	
62.	Закрепление передачи мяча.	1	
63.	Закрепление передачи мяча.	1	
64.	Закрепление передачи мяча.	1	
65.	Учебная игра	1	
66.	Учебная игра	1	
67.	Учебная игра	1	
68.	Учебная игра	1	
69.	Учебная игра	1	

70.	Учебная игра	1	
71.	Учебная игра	1	
72.	Учебная игра	1	
73.	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
74.	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
75.	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
76.	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
77.	Совершенствовать передачу мяча «короткий» пас, «средний пас».	1	
78.	Совершенствовать передачу мяча «короткий» пас, «средний пас».	1	
79.	Совершенствовать передачу мяча «короткий» пас, «средний пас».	1	
80.	Совершенствовать передачу мяча, прием передачи мяча.	1	
81.	Совершенствовать передачу мяча, прием передачи мяча.	1	
82.	Совершенствовать передачу мяча, прием передачи мяча.	1	
83.	Совершенствовать передачу мяча, прием передачи мяча.	1	
84.	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
85.	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
86.	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
87.	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
88.	Двусторонние подвижные игры с элементами регби.	1	
89.	Двусторонние подвижные игры с элементами регби.	1	
90.	Двусторонние подвижные игры с элементами регби.	1	
91.	Двусторонние подвижные игры с элементами регби.	1	
92.	Двусторонние подвижные игры с элементами регби.	1	

93.	Развитие выносливости	1	
94.	Развитие выносливости	1	
95.	Развитие выносливости	1	
96.	Развитие выносливости	1	
97.	Развитие выносливости	1	
98.	Закрепление изученных элементов в учебной игре 3×3, 4×4	1	
99.	Закрепление изученных элементов в учебной игре 3×3, 4×4	1	
100.	Закрепление изученных элементов в учебной игре 3×3, 4×4	1	
101.	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча.	1	
102.	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча.	1	
103.	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча.	1	
104.	Скоростно -силовой подготовка.	1	
105.	Скоростно -силовой подготовка	1	
106.	Скоростно -силовой подготовка	1	
107.	Скоростно -силовой подготовка	1	
108.	Скоростно -силовой подготовка	1	
109.	Скоростно -силовой подготовка.	1	
110.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
111.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
112.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
113.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
114.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
115.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
116.	Подвижная игра с элементами регби.	1	
117.	Закрепление группового тактического взаимодействия в нападении.	1	

118.	Закрепление группового тактического взаимодействия в нападении	1	
119.	Закрепление группового тактического взаимодействия в защите.	1	
120.	Закрепление группового тактического взаимодействия в защите.	1	
121.	Подвижные игры	1	
122.	Подвижные игры	1	
123.	Подвижные игры	1	
124.	Подвижные игры	1	
125.	Подвижные игры	1	
126.	Подвижные игры	1	
127.	Подвижные игры	1	
128.	Закрепление технико-тактические взаимодействия	1	
129.	Закрепление технико-тактические взаимодействия	1	
130.	Закрепление технико-тактические взаимодействия	1	
131.	Закрепление технико-тактические взаимодействия	1	
132.	Закрепление технико-тактические взаимодействия	1	
133.	Закрепление технико-тактические взаимодействия.	1	
134.	Учебная игра	1	
135.	Учебная игра	1	
136.	Учебная игра	1	
137.	Учебная игра	1	
138.	Учебная игра	1	
139.	Учебная игра	1	
140.	Учебная игра	1	
141.	Учебная игра	1	
142.	Учебная игра	1	
143.	Учебная игра	1	
144.	Подведение итогов	1	
	Итого	144	



