

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Средняя школа № 133»**

660130, г. Красноярск, ул. Гусарова, 16. Тел. (8-391)247-31-31, факс (8-391) 212-81-14
e-mail:school133_krsk@mail.ru, Web-сайт: [http:// school133krsk.gosuslugi.ru/](http://school133krsk.gosuslugi.ru/)

Утверждаю
Директор МБОУ СШ №133
Т.В. Глассон
пр. № 01-04-7Ф/1-от « 08 » июня 2023
г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно-спортивной направленности
«ТЭГ-РЕГБИ»

Автор – составитель программы:
Климкина Мария Валерьевна

Красноярск, 2023

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

I Наименование программы	«ТЭГ-РЕГБИ»
II Направленность	физкультурно-спортивной направленности
III Сведения об авторе	
1. ФИО	Климкина Мария Валерьевна
2. Год рождения	08.11.1993
3. Образование	высшее
4. Должность	педагог дополнительного образования
5. Электронный адрес, контактный телефон.	prikalova@list.ru , 89836109034
IV Сведения о программе	
1. Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (далее – ФЗ №273); - Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р); - Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей (утверждён президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 г. №11) (далее Федеральный приоритетный проект); - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196»; - Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»; - Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК -641/09 «О направлении

	<p>методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);</p> <p>- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, при реализации образовательных программ».</p> <p>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p>
2. Объем и срок освоения	102 часов, 1 год
3. Форма обучения	индивидуально-групповая
4. Возраст обучающихся	от 8 до 17 лет
5. Подвид программы	традиционная
6. Уровень программы	стартовый
7. Тип программы	модифицированная
V Характеристика программы	
1. Цель программы	Развитие основных физических качеств и двигательных навыков детей младшего школьного возраста через приобщение к командным спортивным играм на примере тэг-регби.
2. Учебные разделы/курсы/ модули (в соответствии с учебным планом)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знания о регби 2. Способы физкультурной деятельности 3. Физическое совершенствование
3. Ведущие формы и методы образовательной деятельности.	<p>Методы: словесный, наглядный, практический; игровой</p> <p>Формы: учебно-тренировочное занятие, игра, соревнование</p>

4. Формы мониторинга	Первичная диагностика: практические упражнения для определения уровня подготовки Текущая аттестация: практические занятия на каждом занятии Промежуточная аттестация: турнир по ТЕГ-регби.
5. Дата утверждения и последней корректировки	

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- Учебный план
- Учебно – тематический план
- Содержание учебно – тематического плана
- 1.4. Планируемые результаты

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

- 2.1. Условия реализации программы
- 2.2. Формы аттестации. Оценочные материалы
- 2.3. Список литературы

ПРИЛОЖЕНИЕ

1. Тестирование по правилам тэг-регби
2. Критерии уровня освоения материала Программы

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тэг-регби» (далее Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа - модифицированная, разработана на основе изучения программ данного направления, в частности на основании Образовательного модуля «Тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования (ОДОБРЕНА решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 17 сентября 2020 г. № 3/20)

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

Актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тэг-регби» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и

осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Устав МБОУ «СШ № 133».

В настоящее время в России все более актуальной становится проблема разработки новых эффективных подходов к физическому воспитанию учащихся и поиска таких сочетаний средств и методов обучения, которые позволили бы повысить интерес у занимающихся к систематическим занятиям физической культурой и формированию здорового образа жизни. Обучение по Программе содействует реализации государственной политики в области совершенствования физического воспитания подрастающего поколения; созданию условий для формирования здорового образа жизни.

Реализация программы позволяет учащимся МБОУ СШ 133 принять участие в всероссийских соревнованиях «Регбийная школьная лига», реализуемого с 2021 года Министерством просвещения Российской Федерации совместно с Федерацией регби России. Кроме того, тэг-регби включено в программу всероссийских Президентских спортивных игр школьников. Все это говорит об актуальности и целесообразности использования тэг-регби в качестве средства физического воспитания в общеобразовательных организациях.

Отличительные особенности программы, новизна.

К отличительным особенностям программы можно отнести то что 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.

Преимуществом для выбора спортивной игры тэг-регби является то, что в процессе обучения элементам регби возможность получения учащимися травм снижена к минимуму. Высокая степень организации и согласованности действий игроков, многофункциональность игровой деятельности обеспечивает развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма.

Программа построена на принципах доступности и увлекательности игрового процесса. Новичок, заинтересовавшись игрой в тэг-регби, быстро убеждается в том, что для создания ситуации успеха ему необходимо освоить командное взаимодействие, а также такие технические навыки как умение ловля и передача мяча, точность паса, обыгрыш и быстрый бег. Осознав это, он делает правильный вывод и начинает заниматься бегом, отработкой бросков и ловли овального мяча, общеразвивающими и другими видами физических упражнений. Так спортивные игры открывают доступ к регулярным занятиям спортом. Прививается любовь к спорту, развиваются чувство коллективизма, ответственности, поддержки и дружбы, навыки культурного поведения и уважительного отношения.

Особенности организации образовательного процесса.

Модель реализации Программы традиционная, т.к. представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года обучения.

Адресат программы.

Программа адресована детям в возрасте от 8 до 17 лет. В группу принимаются все желающие без предварительного отбора.

Для обучения принимаются дети, имеющие медицинское заключение.

Программа строится на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей данного возраста.

Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе ведущей деятельности — учения. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, умения и навыки, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия.

Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия.

Допуск к занятиям производится только после обязательного

проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

Объем и срок освоения программы. Режим занятий.

Объем программы – 108 часов.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа - 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 15 минут.

Общее количество часов в неделю – 3 часа.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу

Перечень форм обучения: индивидуально-групповая

Перечень видов занятий: беседа, практическое занятие

Перечень форм подведения итогов: беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования

1.2. Цель и задачи программы

Цель - развитие основных физических качеств и двигательных навыков детей младшего школьного возраста через приобщение к командным спортивным играм на примере тэг-регби.

Обучающие задачи:

- познакомить с историей возникновения игры;
- сформировать базовые навыки игры в регби;
- обучить правильному выполнению технических и тактических приемов игры в регби;
- сформировать навыки командного взаимодействия.

Развивающие задачи:

- развивать физические качества (скорость, гибкость, ловкость, выносливость).

Воспитательные задачи:

- сформировать интерес к регби как увлекательной форме физической активности;
- транслировать фундаментальные ценности регби в социальную среду школьников;
- приобщать к здоровому и активному образу жизни;

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/ п	Раздел	Количество часов			Формы / методы контроля и аттестации
		всего	теория	практик а	
1	Знания о регби	24	8	16	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
2	Способы физкультурной деятельности	12	2	10	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
3	Физическое совершенствование	36	6	30	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
Итого:		72	16	56	

Учебно-тематический план
1 год обучения, 108 часов

№ п/ п	Раздел, тема	Количество часов			Формы/методы контроля и аттестации
		всег о	теори я	практик а	
1	Знания о регби	24	12	24	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
1.1	История развития регби и тэг-регби	6	3	6	
1.2	Техника безопасности на занятиях	6	3	6	
1.3	Правила игры. Основные термины	6	3	6	
1.4	Гигиена и самоконтроль на занятиях	6	3	6	
2	Способы физкультурной деятельности	12	2	30	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
2.1	Организация и самостоятельное проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	10	2	26	
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности	2	-	4	
3	Физическое совершенствование	36	10	30	Беседа, тестирование, практическое занятие, соревнования
3.1	Строевые упражнения	4	-	4	
3.2	Основы техники и тактики в тэг-регби	22	6	16	
3.3	Учебно-тренировочные игры (соревнования)	8	2	8	
3.4	Контрольные испытания	2	2	4	
Итого:		108	24	84	

Содержание учебно-тематического плана

1. Знания о тэг-регби

1.1. История развития регби и тэг-регби

Теория: Зарождение и развитие регби в мире. Истоки регби в Российской империи. Регби в СССР. Развитие регби в России. Тэг-регби как спортивная дисциплина. Отличие тэг-регби от классического регби.

Практика: Просмотр анимационных фильмов «Мой дед придумал регби», «История регби», викторина «Регби», подвижные игры «Пограничник», «Волки и зайцы», «Колдунчики».

Формы контроля: беседа

1.2. Техника безопасности на занятиях

Теория: Требования безопасности при организации занятий, в том числе самостоятельных. Подготовка места занятий. Выбор одежды и обуви для занятий.

Практика: Формирование навыков страховки и самостраховки.

Формы контроля: беседа, устный опрос, практические занятия.

1.3. Правила игры. Основные термины

Теория: Спортивная площадка для игры. Состав команды. Инвентарь (мяч, тэг-ленты) Экипировка игроков.

Практика: Расположение игроков на площадке. Способы ведения игры. Набор очков. Нарушения.

Формы контроля: беседа, устный опрос, тестирование, практические занятия.

1.4. Гигиена и самоконтроль на занятиях

Теория: Контроль и самоконтроль физической нагрузки. Режим дня. Нормы суточной и недельной двигательной активности.

Практика: Проведение разминки, заминки в том числе самостоятельно.

Формы контроля: беседа, устный опрос, практические занятия.

2. Способы физкультурной деятельности

2.1. Организация и самостоятельное проведение подвижных игр с элементами тэг-регби во время активного отдыха и каникул.

Теория: Подготовка места занятий. Спортивный инвентарь. Выбор одежды и обуви.

Практика: Подвижные игры («Перестрелка», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Пограничник», «Ботва», «Атака города», «Тэг-регби 3х3»)

Формы контроля: беседа, устный опрос, практические занятия.

2.2. Тестирование уровня физической подготовленности для игры в тэг-регби.

Теория: Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Сравнение своих результатов выполнения контрольных упражнений с результатами других игроков.

Практика: Подводящие упражнения и элементы соревновательного направления (Передача мяча на месте, передача мяча в движении, «Слалом», ловля мяча сверху)

Формы контроля: практические занятия.

3. Физическое совершенствование

3.1. Строевые упражнения.

Теория: Общие и специальные подготовительные упражнения, развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой игры в тэг-регби.

Практика:

- Строевые упражнения («Смирно», «Вольно»)
- Построение в колонну, шеренгу
- Построение в кругу
- Перестроение по командам
- Перестроение по установленным меткам
- Размыкание на вытянутые руки
- Перестроение из одной шеренге в две

Формы контроля: беседа, устный опрос, практические занятия.

3.2. Основы техники и тактики в тэг-регби.

Теория: Индивидуальные технические действия. Групповые тактические действия. Групповые тактические взаимодействия в защите. Овладение техникой ловли и передачи мяча. Основы индивидуальных технических действий.

Практика:

- Стойка игрока
- Перемещение игрока с мячом и без мяча
- Финты и перемещения с мячом (шаг в сторону, двойной шаг, спрямление, замедление)
- Групповые тактические действия (крест, забегание, смещение,
- Формирование линии защиты
- Ловля и передача мяча (на месте, в движении).

Формы контроля: устный опрос, тестирование, практические занятия, соревнования.

1.4. Планируемые результаты

Программа направлена на достижение детьми следующих результатов:

Предметные результаты характеризуют опыт детей в творческой деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умении творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией самостоятельных занятий по тэг-регби.

- обнаруживают ошибки при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- знают правилам проведения соревнований по видам регби;
- могут спланировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовать отдых и досуг с использованием средств регби;
- знают факты об истории развития регби, Олимпийских игр современности, характеристику видов регби;
- самостоятельно развивают основные физические качества;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий;
- организуют самостоятельно со сверстниками подвижные спортивные игры;
- осуществляют объективное судейство соревнований на уровне своих сверстников;
- анализируют и оценивают результаты собственного труда, и находят возможности и способы их улучшения;
- могут находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений сверстниками.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий детей, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, в том числе:

- владеют способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физкультурной деятельности;
- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- определяют наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированы умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно оценивать свои действия;
- получен опыт продуктивного сотрудничества (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;

- умеют конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владеют базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

- умеют осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах детей, которые они должны приобрести в процессе освоения данной программы, а именно:

- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;

- владеют навыком сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

- сформированы этические чувства доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- сформированы умения использования знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, в соответствии с их возрастными особенностями и половыми нормативами;

- владеют знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

- проявляют положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявляют дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Условия реализации Программы

Кадровые. Реализовывать Программу может педагог дополнительного образования, тренер, учитель имеющий среднее профессиональное либо высшее образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности и прошедшим предварительную подготовку по международной программе «Get into rugby», World rugby (Ведение).

Организационно- педагогические:

- участие в соревнованиях на уровне учреждения;

- возможность участия в районных, окружных, региональных всероссийских соревнованиях;
- сотрудничество с родителями и другими коллективами;
- создание образовательной среды, поездки, участие в соревнованиях, сетевое взаимодействие, привлечение волонтеров.

Материально-технические. Результат реализации программы во многом зависит от материально-технического обеспечения, необходимого для всех видов образовательной деятельности обучающихся, педагогической, административной и хозяйственной деятельности.

- спортивный зал;
- типовое футбольное поле с естественным или искусственным покрытием;
- насос для накачивания мячей с иглой;
- манишки игровые (2 цвета);
- сетка (мешок) для хранения мячей;
- конусы, маркеры для разметки;
- мячи регбийные № 3, 4, 5
- пояса с ленты (на липучке) для тэг-регби
- проектор, ноутбук;
- флипчарт, маркеры.

Методические особенности организации образовательного процесса.

Учебно-методический комплекс программы разработан с целью достижения более высоких результатов. В комплект входят следующие методические материалы, разработанные с учетом возрастных особенностей учащихся:

- Примерная основная образовательная программа начального общего образования <http://fgosreestr.ru/registry/primernaya-osnovnaya-obrazovatel'naya-programmanachalnogo-obshhego-obrazovaniya-2/>

- Материалы международной программы «Get into rugby» <http://irbgetintorugby.com>

- Материалы World rugby <http://www.irb.com/laws>

Формы обучения: очно-заочная

Формы организации образовательного процесса:

- Групповая - создаются условия для необходимой конкуренции между детьми, а также взаимопомощи.

- Индивидуальная – дети работают самостоятельно по индивидуальным заданиям.

- Самостоятельная - дети выполняют утреннюю гимнастику, индивидуальные задания, комплексы специально-подготовительных упражнений, просмотр видеозаписей.

Формы организации учебного занятия: учебно-тренировочное занятие, игра, соревнование, фестиваль.

Учебно-тренировочное занятие является структурной единицей тренировочного процесса.

Содержание подготовительной и заключительной частей зависят от построения основной части. К концу специальной разминки в подготовительной части интенсивность выполняемой работы может достигать значительных, но не максимальных величин.

Структура учебно-тренировочного занятия имеет три части

Подготовительная часть (30—35% от всего времени занятия) предусматривает:

- организацию обучающихся к началу занятия, проверку готовности к тренировке, сообщение задач занятия, повышение внимания детей (строевые упражнения, команды), создание психологического настроя на продуктивную работу;

- осуществление общей разминки для повышения работоспособности организма (сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем (применяются ходьба, бег, общеразвивающие упражнения, дыхательные комплексы);

- осуществление специальной разминки с целью подготовки к работе мышечных групп, которые будут задействованы в основной части занятия. Для этого применяются специальные упражнения.

Основная часть (60—70% от всего времени занятия) предназначена для решения практических упражнений. Если в основной части решается несколько задач различного типа, то перед каждой новой задачей необходимо провести точную установку, помогающую психологически настроиться и обеспечить вработывание организма в новый режим деятельности.

Заключительная часть (5-10% от всего времени занятия) способствует постепенному снижению функциональной активности организма. Постепенное снижение нагрузки достигается легко дозируемыми упражнениями (восстановительный бег, ходьба, упражнения на гибкость, комплексы дыхательных упражнений). Рекомендуются самостоятельные задания в домашних условиях. Эффективность тренировочных занятий на различных этапах подготовки зависит от рациональной организации, обеспечивающей высокую общую и моторную плотность занятий, оптимальную дозировку нагрузки, учет индивидуальных особенностей детей.

Методы обучения и воспитания: словесный, наглядный практический; игровой и воспитания (поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация, создание ситуаций).

Педагогические технологии. Технология группового обучения, коллективного взаимообучения, развивающего обучения, игровой деятельности.

Дидактические материалы.

▪ Правила тэг-регби (Tag Rugby) для школьников.
https://www.youtube.com/watch?v=Z6_dKf8JqS8&t=640s

▪ Анимационный фильм «История регби за 6 минут (Всё о регби: 1 серия)» <https://www.youtube.com/watch?v=OKwUxTssSOk>

- Анимационный фильм «Правила регби и функции игроков на поле (Всё о регби: 2 серия)» <https://www.youtube.com/watch?v=HaL9zmiYGH4>

- Анимационный фильм «Основные виды регби (Всё о регби: 3 серия)» <https://www.youtube.com/watch?v=Tprhzip5GcOk>

- Анимационный фильм «Регби 2020» <https://www.youtube.com/watch?v=hYvsQpskvFk>

- Анимационный фильм «Мой дед придумал регби» <https://www.youtube.com/watch?v=U23H3jxMfmY&t=2s>

Воспитательная работа.

Воспитательная работа в детском объединении осуществляется согласно Рабочей программы воспитания МБОУ СШ 133 и ежегодного Календарного плана воспитательной работы.

Цель рабочей программы воспитания - создание единого воспитательного пространства для развития, саморазвития и самореализации личности обучающихся, проявляющееся:

- в усвоении знаний основных норм, которые общество выработало на основе ценностей (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек), в усвоении ими социально значимых знаний;

- в развитии позитивных отношений к общественным ценностям (в развитии социально значимых отношений);

- в приобретении соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Задачи:

- использовать в воспитании детей возможности учебного занятия по Программе как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству; содействовать успеху каждого ребенка;

- организовывать воспитательную работу с коллективом и индивидуальную работу с обучающимися детского объединения;

- реализовывать потенциал событийного воспитания для формирования духовно-нравственных ценностей, укрепления и развития традиций детского объединения и образовательной организации, развития субъектной позиции обучающихся;

- организовывать работу с родителями (законными представителями) обучающихся для совместного решения проблем воспитания и социализации детей и подростков;

- реализовывать потенциал наставничества и тьюторства в воспитании детей и подростков как основу поддержки и развития мотивации к саморазвитию и самореализации;

- содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе индивидуальных проб в совместной деятельности и социальных практиках;

- формировать у детей и подростков нравственные ценности, мотивацию и способность к духовно-нравственному развитию, интересов и личностных качеств, обеспечивающих конструктивную, социально-

приемлемую самореализацию, позитивную социализацию, противодействие возможному негативному влиянию среды.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы, каждое из которых представлено в соответствующем модуле.

Реализация воспитательного потенциала занятия предполагает создание условий для развития познавательной активности обучающихся, их творческой самореализации. Учебные занятия физкультурно-спортивной направленности направлены на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и обеспечивают развитие у детей физических способностей; таких качеств, как воля, благородство, уверенность в себе, жизнестойкость, патриотизм; приобретение навыков самообороны, самодисциплины, осознанный выбор жизненного пути.

2.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Для отслеживания динамики освоения программы и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг.

Мониторинг осуществляется в течение всего периода освоения программы и включает в себя:

Первичная диагностика проводится в начале освоения программы для определения уровня подготовки обучающихся. Результаты не является входным контролем для зачисления.

Форма проведения – практические упражнения по технике тэг-регби:

Обучающиеся	Передача мяча на месте, кол-во раз	Передача мяча в движении, кол-во раз	«Слалом», сек
Девочки	3-4	2-3	26-30
Мальчики	2-3	2-3	21-23

1. Передача мяча на месте способом swing («средняя передача»).

Инвентарь: регбийный мяч, ворота

Описание: Стоя на расстоянии 5 м от штанги ворот. Испытуемый выполняет четыре попытки на точность, по две вправо и влево.

Результат: засчитывается количество попаданий.

2. Передача мяча в движении способом spin («пас торпедой»).

Инвентарь: регбийный мяч, ворота

Описание: Двигаясь со средней скоростью в коридоре, размеченными фишками расположенного на расстоянии 10 м от штанги ворот, испытуемый выполняет четыре попытки на точность, по две вправо и влево.

Результат: засчитывается количество попаданий.

3. «Слалом»

Инвентарь: регбийный мяч, стойка, секундомер

Описание: Дистанция состоит из двух прямых, расстоянием в 20 м и ряда стоек (их 4), расположенных на прямой, между которыми 5-метровое расстояние. По сигналу испытуемый подбирает мяч, лежащий на линии старта (включается секундомер), и бежит, стараясь преодолеть весь комплекс за минимальный временной интервал и приземлить мяч за линией финиша (выключается секундомер).

Результат: из двух попыток засчитывается наилучший результат.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия. Направлен на закрепление практических умений по изучаемой теме и на формирование теоретических знаний.

Промежуточный контроль проводится 2 раза в год. Направлен на определение промежуточного уровня знаний теоретического и практического материала для организации обратной связи педагога с обучающимся.

Формы проведения: тестовые задания (Приложение 1)

Оценка результатов работы каждого обучающегося по завершению обучения по Программе производится также в соответствии с таблицей критериев уровня освоения материала (Приложение 2)

2.3. Список литературы

Литература для педагога:

- нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Образовательный модуль «Тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования (ОДОБРЕНА решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 17 сентября 2020 г. № 3/20)

- литература, использованная при составлении программ:

1. Кирияк Р. Мини-регби. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – 110 с.
2. Ксенофонова Е. А., Тюрин В. Д. Регби. Настольная книга детского тренера. I этап. Этап предварительной подготовки 8–10 лет / под ред. Е. И. Антонова. – М.: Благотворительный фонд «Становление регби», 2012. – 56 с.
3. Основы подготовки регбистов / Ж. К. Холодов, Б. А. Варакин, В. К. Петренчук. – М.: Физическая культура и спорт, 1984. – 188 с.
4. Правила игры союза регби. – Международный совет регби, 2014. – 204 с.
5. Тимошенко А. А. 40 уроков регби. – М.: Физическая культура и спорт, 1986. – 72 с.
6. Бесполов Д. В., Иванов В. А., Кулешов А. В. Теория и практика регби: Методическое пособие для преподавателей физической культуры, педагогов дополнительного образования образовательных учреждений различной направленности. – М.: ГБОУ ЦОМОФВ, 2013. – 58 с.
7. Введение в регби. Учебный курс для тренеров первого уровня. – М.: Академия регби. – 140 с.
8. Жуков М. Н. Подвижные игры. – М.: Академия, 2000. – 154 с.
9. Игры и развлечения. Кн. 2 / сост. Л. М. Фирсова. – М.: Молодая Гвардия, 1990. – 234 [б] с.: ил.
10. Подвижные игры: учеб. пособие для студентов вузов [текст]. – М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 216 с.
11. Раджабли В. Регби–2000: справочник. – М.: Физическая культура и спорт, 2000. – 63 с.
12. Соколов А., Бурягин А. Регби: техника, тактика, обучение и тренировка. – М.: Физическая культура и туризм, 1935. – 82 с.

Литература обучающихся:

1. Дайнеко Ю. В. Наше регби. История регби России. 100 лет в документах. – М.: [Б. и.], 2013. – 626 с.: ил.
2. Кулешов А. В. Правила регби за 5 минут. – М.: Спорт в школе, 2009. – № 5 (455). – С. 38–41.

Тестирование по правилам тэг-регби для школьников

Выберете один правильный вариант ответа на вопрос.

1. Что такое тэг-регби?

А. Разновидность игры в регби до касания (от английского глагола to tag – трогать, касаться)

Б. Мини-регби с захватами

В. Регби до обозначения контакта

Г. Форма бесконтактного регби

2. Кто может играть в тэг-регби?

А. Только спортсмены-регбисты

Б. Все, кто старше 16 лет

В. Все, кто младше 16 лет

Г. Мальчики и девочки, юноши и девушки, мужчины и женщины любых возрастов и возможностей, не имеющие противопоказаний

Д. Каждый, кто достиг возраста уголовной ответственности и получил паспорт гражданина РФ

3. Каковы главные преимущества тэг-регби?

А. Безопасность и доступность для всех участников

Б. Простые правила и понятная цель игры

В. Возможность играть на любых безопасных покрытиях

Г. Комплексное развитие физических и моральных качеств в игровой форме

Д. Все вышеперечисленные варианты

4. Выберите вариант покрытия, на котором нельзя проводить занятия по тэг-регби

А. Песок

Б. Снег

В. Лед

Г. Натуральный газон или искусственный газон

Д. Деревянный пол в спортзале

Е. Резиновый пол в спортзале

Ж. Только варианты А, Б, В

З. Только варианты Д и Е

5. Разрешается ли в тэг-регби ставить т.н. «заслон», то есть блокировать защитника игроку атаки, защищая своего игрока с мячом?

- А. Запрещается
Б. Разрешается
В. Разрешается, если не будет допущен контакт с игроком противоположной команды
Г. Разрешается, если не будет грубой игры
Д. Разрешается, если судья не видит
Е. Разрешается, если судья видит, но не наказывает
- 6. Кто из команды имеет право обращаться к судье во время матча по регби?**
А. Тренер
Б. Капитан
В. Любой игрок
Г. Варианты А, Б, В
Д. Родители игроков
Е. Родители тренеров
Д. Родители судьи
- 7. Сколько тэгов достаточно сорвать у игрока с мячом, чтобы игрок считался «захваченным», остановился и отдал пас?**
А. Один тэг
Б. Два тэга
В. Ни сколько. Защитнику достаточно просто крикнуть «ТЭГ!»
- 8. Можно ли срывать тэг у игрока, не владеющего мячом?**
А. Можно, если это игрок атакующей команды
Б. Можно у любого игрока
В. Нельзя.
Г. Варианты А и Б
- 9. Сколько времени есть у захваченного игрока, чтобы передать мяч партнеру?**
А. Не более 1 секунды
Б. Не более 2 секунд
В. Не более 3 секунд
Г. Не более 5 секунд
Д. Время для принятия решения и передачи паса неограниченно
- 10. Что будет, если у игрока с мячом сорваны два тэга одновременно?**
А. Переход мяча противнику
Б. Штрафной против команды игрока защиты
В. То же, что если сорван и один тэг
Г. Судья вправе назначить штрафную попытку
Д. Это грубая игра, судья обязан удалить защитника минимум на минуту
- 11. Может ли судья засчитать попытку, если не было приземления мяча в зачетном поле?**
А. Не может
Б. Может при назначении штрафной попытки

В. Может, если очень надо

12. Имеет ли право игрок, разыгрывающий мяч, бежать вперед после касания мяча ногой при розыгрыше мяча?

А. Не имеет в любом случае

Б. Имеет в любом случае

В. Имеет, только если он при этом кладет попытку

Г. Имеет, так как это помогает его партнеру набрать скорость для прорыва

13. Может ли команда защиты набегать вперед, если игрок с мячом разыграл мяч ногой, но еще не отдал пас?

А. Может только один игрок

Б. Может вся линия защиты

В. Может, если судья не видит.

Г. Не может.

Д. Варианты А, Б и В.

14. В момент приземления мяча на линию зачетного поля у игрока срывают тэг. В каком случае судья засчитает попытку?

А. Если тэг сорван после касания мячом земли

Б. Если тэг сорван в момент касания мячом земли

В. Ни в каком, так как мяч приземлен на линию зачетного поля

Г. Ни в каком, нет тэга – нет попытки!

Д. Варианты А и Б

Е. Варианты В и Г

15. Во время игры мяч из рук выпал вперед у игрока «синих». Игрок «оранжевых» подобрал мяч, пробежал и сделал попытку. Как должен поступить арбитр?

А. Сразу остановить игру и вернуть мяч «оранжевым». Они начнут с того места, где игрок «синих» выронил мяч

Б. Сразу остановить игру и вернуть мяч «синим». Они начнут с того места, где их игрок выронил мяч

В. Засчитать попытку «оранжевых». «Синие» возобновят игру с центра поля

16. Что такое «пас вперед»?

А. Момент в игре, когда мяч отскакивает вперед от рук/руки игрока, ловящего мяч

Б. Момент в игре, когда мяч передается вперед по направлению к линии попытки соперника

В. Момент в игре, когда мяч летит назад или в сторону от рук пасующего, падает на землю, но отскок от земли происходит вперед по направлению к линии попытки противника

17. Можно ли, играя в тэг-регби, передавать мяч непосредственно из рук в руки?

А. Можно

Б. Нельзя, должна быть фаза полета мяча

18. Разрешено ли в тэг-регби играть ногой?

А. Можно

Б. Нельзя

В. Можно только при розыгрыше мяча, слегка касаясь стопой мяча.

19. Что такое «зачетное поле»?

А. Зона между линией попытки и линией мертвого мяча.

Б. Зона между линией попытки и линией мертвого мяча, включающая линию попытки, но не включающая линию мёртвого мяча и линии разметки аута.

В. Зона между линией попытки и линией мертвого мяча, не включающая линию попытки, но включающая линию мертвого мяча и линии разметки аута.

Г. Зона, где располагаются «зачетные» девушки из группы поддержки

20. Можно ли умышленно падать, играя в тэг-регби?

А. Можно

Б. Можно только для совершения попытки

В. Можно только для того, чтобы сорвать тэг

Г. Можно только, чтобы завладеть свободным мячом, находящимся на земле

Д. Нельзя. В любой момент игры все игроки должны оставаться на ногах.

21. Как может быть наказан игрок, систематически нарушающий правило положения «вне игры»?

А. Штрафной против своей команды

Б. Штрафной против своей команды и предупреждение

В. Штрафной против своей команды и удаление желтой карточкой на 1 минуту.

Г. Штрафной против своей команды и удаление красной карточкой до конца игры.

Д. Варианты Б, В, Г.

22. ТЭГ – это:

А. Аббревиатура девиза игры: Темп, Эмоциональность, Гордость

Б. Название каждой из двух лент, которые крепятся должным образом по бокам каждого играющего

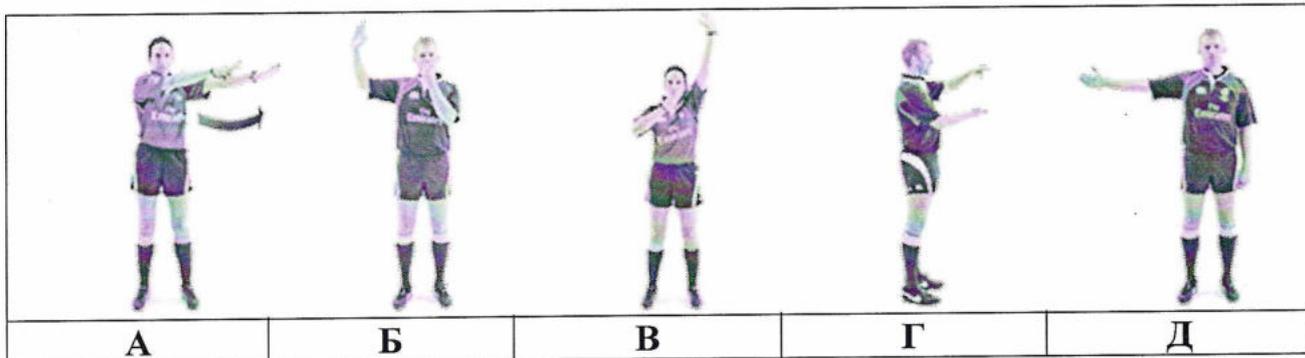
В. Возглас, который обязан издать защитник после срыва ленты у атакующего игрока и поднятия руки

Г. Аналог слову ЗАХВАТ

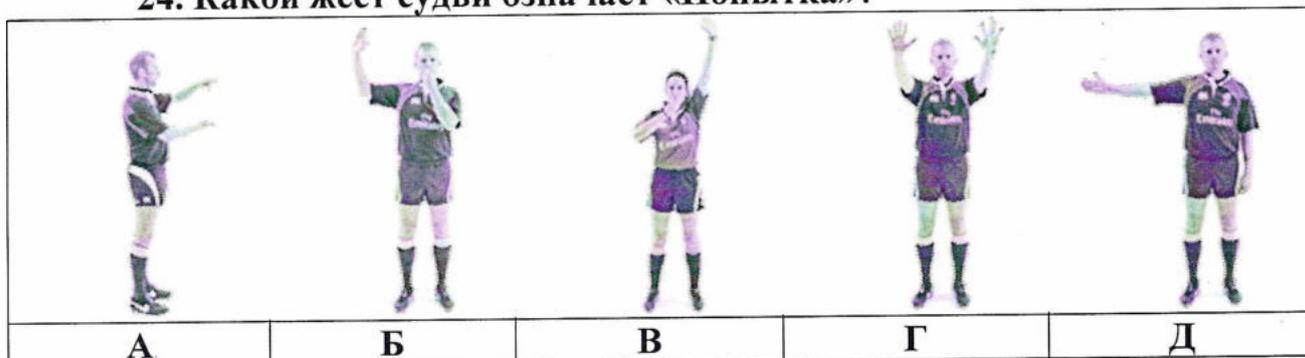
Д. Срыв одной или двух лент с игрока, владеющего мячом

Е. Все варианты, кроме А

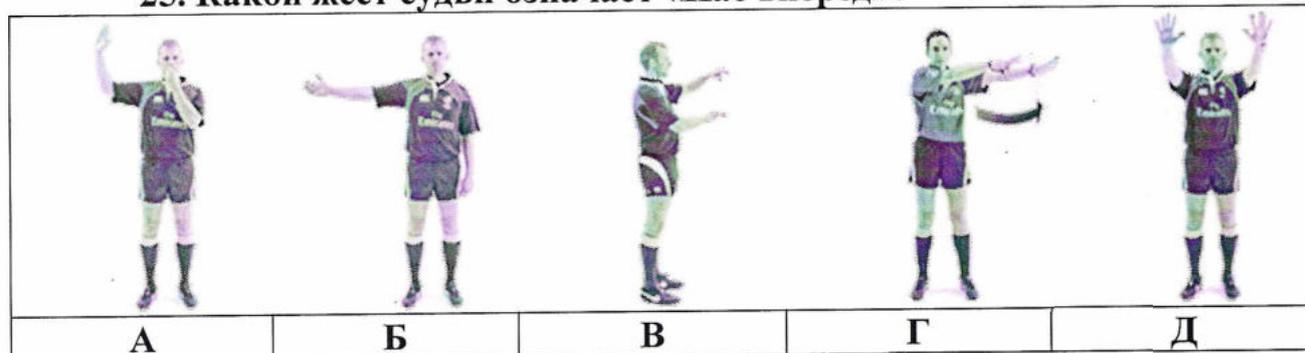
23. Какой жест судьи означает «Розыгрыш мяча»?



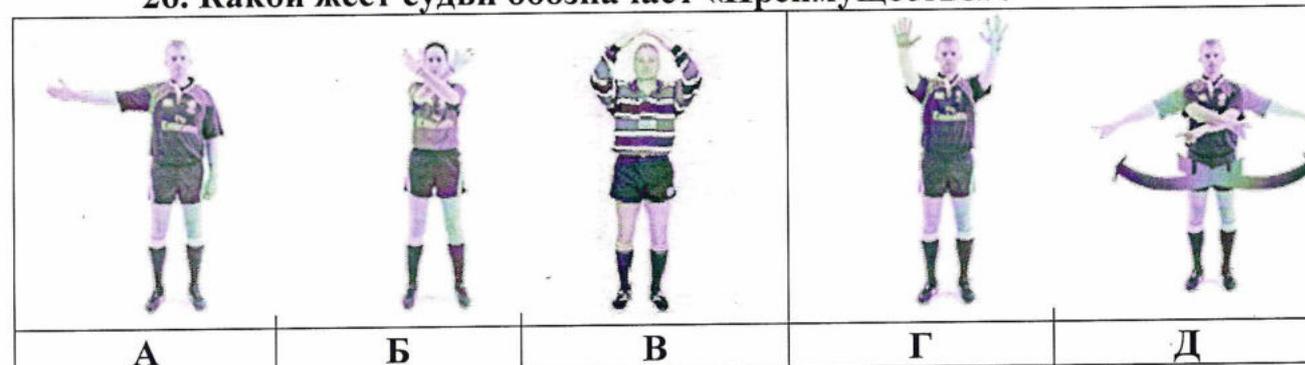
24. Какой жест судьи означает «Попытка»?



25. Какой жест судьи означает «Пас вперед»?



26. Какой жест судьи обозначает «Преимущество»?



27. Что должен сделать судья, чтобы игроки начали розыгрыш мяча во время матча?

- А. Свистнуть в свисток
- Б. Сказать «Начинай»

В. Посмотреть на игрока с мячом, убедиться, что игрок смотрит на судью и кивнуть ему головой

Г. Произнести «Давай»

Д. Дать команду «Играй»

28. Кто ведет официальный счет во время соревнований по тэг-регби?

А. Родители

Б. Игроки

В. Представители команд (учители, тренеры)

Г. Судья

Д. Директор школы

Е. Капитаны команд

Ж. Все перечисленные лица

З. Официальный счет не ведется

29. Кто несет ответственность за обстановку/атмосферу на мероприятиях по тэг-регби?

А. Родители

Б. Игроки

В. Представители команд (учители, тренеры)

Г. Судья

Д. Организатор мероприятия

Е. Капитаны команд

Ж. Работники правоохранительных органов

З. Все перечисленные лица

30. В тэг-регби «попытка» - это:

А. Попытка прорыва игрока с мячом линии защиты

Б. Неудачная попытка перехвата паса противника

В. Результативный удар по воротам соперника с земли.

Г. Возможность доказать судье ошибочность его решения

Д. Приземление мяча на или за линию своего зачетного поля, но перед линией мертвого мяча

Е. Приземление мяча на или за линию зачетного поля противника, но перед линией мертвого мяча

Ж. Попытка пройти этот тест по правилам тэг-регби

Критерии уровня освоения материала Программы

<p>Низкий уровень</p>	<p>Учебный материал усваивается бессистемно. Обучающейся овладел менее половины объема практических знаний и умений, навыков, предусмотренных Программой. Работоспособность крайне низкая.</p> <p>Есть недостатки также в личностных качествах: игрок эмоционально неустойчив, проявляет недоверие к окружающим, боится общения. Часто наблюдаются негативные реакции на просьбы тренера, капризы.</p>
<p>Средний уровень</p>	<p>Игрок овладел не менее половины объема практических знаний и умений, навыков, предусмотренных Программой.</p> <p>Личностные качества соответствуют «средним», «нормальным»: у игрока преобладает эмоционально-положительное настроение, приветлив с окружающими, проявляет активный интерес к словам и действиям сверстников и тренера.</p>
<p>Высокий уровень</p>	<p>Обучающейся показывает высокий уровень знаний практического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными Программой. Осваивает задания повышенной трудности. Проявляет активный интерес к тэг-регби.</p> <p>Личностные характеристики соответствуют нормам поведения игроков данного возраста: игрок сохраняет жизнерадостное настроение, проявляет активность.</p>

АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Тэг-регби»

Программа ориентирована на детей младшего школьного возраста (от 8 до 11 лет). По форме организации образовательного процесса – очно-заочная, предполагает срок освоения 1 год, 108 часов.

Цель программы - развитие основных физических качеств и двигательных навыков детей (скорость, гибкость, ловкость, выносливость) через приобщение к командным спортивным играм на примере тэг-регби.

Программа стартового уровня доступна для всех школьников с 2 по 4 класс.

В игре запрещено дотрагиваться до соперника, поэтому этот формат называют «бесконтактным регби». Для того, чтобы остановить соперника с мячом, нужно сорвать ленточку с его пояса – тэг. Это довольно легко т.к. ленточка крепится к поясу каждого игрока с помощью липучки.

Цель игры, как и в настоящем регби занести и приземлить мяч в зачетное поле соперника – «положить попытку».

Тэг-регби-безопасная игра, поэтому в нее могут играть вместе мальчики, девочки, вместе с родителями независимо от комплекции и уровня физической подготовки. Играть можно абсолютно на любой не скользкой площадке, размер которой зависит от количества участников.

Тэг-регби рекомендовано Минпросвещения РФ для включения в школьную программу на уроках по Физической культуре.

Обучающиеся по программе смогут принять участие во всероссийских соревнованиях «Регбийная школьная лига».

Помимо физического развития тэг-регби позволяет всесторонне развивать ребенка, прививать ему любовь к спорту, командной работе воспитывать такие ценности, как уважение, честность и дисциплинированность.

Количественный состав группы: от 10 до 15 человек.

Принимаются все желающие дети, без какого-либо отбора. На момент формирования групп может учитываться возраст детей и уровень подготовленности для деления их на подгруппы.

Сроки и режим занятий. Программа рассчитана на один год обучения (с сентября по май) 36 недель. Занятия в каждой группе (подгруппе) проводятся 3 раза в неделю, длительность занятия - 45 минут.