Отдел образования Администрации Семикаракорского района Муниципальное бюджетное Общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 им.А.А.Араканцева г. Семикаракорска»

ПРИНЯТО На заседании педагогического совета МБОУ СОШ № 2 Протокол № 15 от «28» сентября 2026г.	**СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора по ВР МБОУ СОШ № 2 _____Ю.В.Якушева «28 » сентября 2026г.	**«УТВЕРЖДАЮ»** Директор МБОУ СОШ№2 _____ I.В. Мартемьянов от 31.08.2026г. Подписано цифровой подписью: Мартемьянов Н. В.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Тэг- регби»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень программы: ознакомительный
Вид программы: модифицированная
Тип программы: разноуровневая
Возрастная категория: обучающиеся 5–6 классов (10–13 лет)
Срок реализации: 1 год (72 часа)
Состав группы: до 25 человек
Форма обучения: очная
Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу (40 минут)

ID-номер программы в Навигаторе_____
Составитель: педагог дополнительного образования
Мачуло Ирина Сергеевна

Семикаракорск 2026

Оглавление

№п/п	Раздел	Страницы
РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ		
1.1	**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**	3
1.1.1	Направленность и вид программы	3
1.1.2	Новизна, актуальность и целесообразность программы	3
1.1.3	Отличительные особенности программы	4
1.1.4	Адресат программы	4
1.1.5	Уровень программы, объем и сроки реализации	4
1.1.6	Форма обучения	5
1.1.7	Особенности организации образовательного процесса	5
1.1.8	Режим занятий	5
1.2	**ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**	6
1.2.1	Цель программы	6
1.2.2	Основные задачи программы	6
1.3	**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**	
1.3.1	Учебный план	7
1.3.2	Содержание учебного плана	8-14
1.4	**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**	15
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ		
2.1	**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**	15-20
2.2.	**Формы подведения итогов и оценочные материалы**	21
2.3.	**Диагностический инструментарий**	22
2.4.	**Методическое обеспечение программы**	23-24
2.5.	**Условия реализации программы**	25
2.5.1	Кадровое обеспечение	26
2.5.2	Материально-техническое обеспечение	27
2.5.3	Информационное обеспечение	28
2.6	**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**	
2.6.1	Нормативно-правовые документы	29-30
2.6.2	Информационные источники для педагога	30
2.6.3	Информационные источники для детей и родителей	31
2.7	**ПРИЛОЖЕНИЕ**	32

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ
1.1. Пояснительная записка
1.2. Цель и задачи программы
1.3. Содержание программы
1.4. Планируемые результаты
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
2.1. Календарный учебный график
2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы
2.3. Диагностический инструментарий
2.4. Методическое обеспечение программы
2.5. Условия реализации программы
2.6. Список литературы
ПРИЛОЖЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Тэг-регби» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 17.02.2023).
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СанПиН 2.4.3648-20 (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28).
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Основными направлениями деятельности учебно-спортивной работы являются:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
- воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;
- участие в соревнованиях.

Программа направлена не только на физическое развитие ребёнка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

Новизна программы заключается в новом содержании и правилах обучения тактическим действиям в регби, а также в том, что занятия проводятся в игровой форме с большим количеством упражнений на координацию движений. Также используется состязательный элемент с двусторонней игрой в тэг-регби.

Актуальность программы состоит в том, что она способствует формированию здорового образа жизни учащихся, знакомит их с новым для многих видом спорта — регби в адаптированном бесконтактном и нетравмоопасном варианте — и даёт 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.

Тэг-регби — идеальный вид спорта для ребёнка, так как здесь чувствуешь команду, это очень важно. В одиночку здесь ничего не добиться. При этом, будучи 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!

Целесообразность программы состоит в том, что по ней могут заниматься как мальчики, так и девочки с 10 лет, поэтому содержание программы позволяет формировать у детей уже с самых малых лет навыки здорового образа жизни, так как регби — это сплав игр футбола и регби. На данном возрастном этапе важное значение имеет воспитание интереса детей к командной игре регби, их начальное обучение технике и тактике, правилам игры, содействие всестороннему развитию физических качеств и воспитанию умений соревноваться индивидуально (на основе общей физической и технической подготовки) и коллективно (на основе разнообразных подвижных игр и элементов мини-регби).

Отличительные особенности программы. В игре делается акцент на создание ситуации успеха, использование личностно-развивающих технологий в процессе работы с детьми. Так как тэг-регби — это не только симбиоз игровых видов спорта, лёгкой атлетики, футбола и борьбы, но также это система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств человека, патриотизма и гражданственности. Тэг-регби — это в своём роде школа жизни. Тэг-регби не только учит самой игре как таковой, но и даёт богатый жизненный опыт, формирующий твёрдый характер, стойкость и выносливость. Тэг-регби способствует выработке самодисциплины, формирует внутреннюю нравственную опору и сильную личную позицию в достижении жизненных целей. Тэг-регби формирует социальную опору общества, людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину. Традиции регби почитают во всём мире, так как это игра с определёнными принципами, применимыми и в жизни: движение вперёд, 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 тэг-регби.

Адресат программы: программа универсальна и подходит для работы как с физически подготовленными детьми, так и с детьми, имеющими разный уровень физического развития, в возрасте от 10 до 13 лет. Программа построена так, чтобы соблюдались все условия для физического развития детей. В объединение принимаются все желающие дети, прошедшие медицинский осмотр. Медицинский контроль состояния здоровья детей осуществляется каждый год.

Уровень программы: ознакомительный.

Объём программы: 72 часа.

Срок освоения: 1 год (с 01.09.2026 по 31.05.2027).

Форма обучения: очная.

Тип занятий: комбинированный, игры, соревнования.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 учебному часу (40 минут).

Место проведения занятий: спортивный зал общеобразовательного учреждения.

Особенности организации образовательного процесса. Обучение по данной программе осуществляется в соответствии с учебным планом. Очень важно, чтобы дети развивали свой уровень физической подготовленности, чтобы с детства в них закладывались основы здорового образа жизни и предоставлялась возможность реализации своих спортивных способностей. Не менее важны воспитание и динамика развития личности, способность к коллективному взаимодействию, умение подчинить свои интересы интересу группы, становление таких качеств, как адаптивность, последовательность, настойчивость.

Поскольку дети принимаются с разным уровнем способностей и возможностей, в процессе обучения к ним применяется личностно-ориентированный подход, который проявляется в подборе индивидуального подхода и различных упражнений с постепенным повышением уровня сложности. Умение радоваться победам и переживать возможные поражения в команде привьёт обучающемуся чувство сотрудничества внутри команды, умение терпеть и ровно относиться ко всем членам команды независимо от их характера и физических возможностей, поэтому при обучении игре в тэг-регби важно также обращать большое внимание обучению правилам ведения «честной борьбы» (соблюдению техники безопасности, правил игры, достойному отношению к «слабому»).

На всём протяжении работы с детьми педагог формирует у занимающихся нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: содействие всестороннему и гармоничному развитию личности, обучение учащихся игре в «Тэг-регби», овладение ими техникой и тактикой этого вида спорта.

Задачи программы:

Обучающие:

- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Развивающие:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- отбор одарённых детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития.

Воспитательные:

- воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;
- формирование нравственных и волевых качеств.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Блок	Наименование раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля, аттестации
1	Теоретические основы знаний	5	5	—	Инструктаж, беседа
	Техника безопасности	1	1	—	Инструктаж
	Правила игры и соревнований, судейство	2	2	—	Беседа
	История возникновения игры	1	1	—	Беседа
	Гигиенические требования	1	1	—	Беседа
2	Общая физическая подготовка	12	1	11	Практическое выполнение
3	Специальная физическая подготовка	12	1	11	Практическое выполнение

Блок	Наименование раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля, аттестации
4	Вид спорта	29	8	21	Практическое выполнение
	Понятие о технике игры	1	1	—	Практическое выполнение
	Практическое занятие	4	—	4	Практическое выполнение
	Финты	2	—	2	Практическое выполнение
	Техника защиты	2	—	2	Практическое выполнение
	Тактика игры	2	—	2	Практическое выполнение
	Практическое занятие	6	—	6	Практическое выполнение
	Тактика защиты	1	—	1	Практическое выполнение
5	Контрольные игры и соревнования	4	—	4	Соревнования
6	Техника нападения	3	—	3	Практическое выполнение
7	Тактика защиты	3	—	3	Практическое выполнение
Всего:		**72**	**17**	**55**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1. Теоретические основы знаний (5 ч.)

Теоретическая подготовка охватывает всё то, что направлено на осмысление самой спортивной деятельности, непосредственно связанных с ней явлений, процессов и на развитие интеллектуальных способностей, без которых не мыслится достижение значительных целей. Теоретическая подготовка является составной частью всей системы подготовки спортсмена и осуществляется в ходе учебно-тренировочного процесса. Теоретические знания могут сообщаться обучающимся в ходе тренировочных занятий. При проведении теоретической подготовки следует учитывать возраст обучающихся и излагать материал в доступной им форме. В ходе теоретических занятий и бесед следует рекомендовать литературу для чтения об истории развития вида спорта, воспоминания известных спортсменов, учебные пособия по обучению и начальной тренировке по избранному виду спорта, просмотр мультимедийных пособий и источников в Интернете. Длительность теоретического занятия в форме бесед планируется продолжительностью 20–30 мин.

Техника безопасности (1 ч.)
Необходимые требования правил поведения и норм техники безопасности на занятиях по тэг-регби во избежание травм.
Правила игры. Организация и проведение соревнований (2 ч.)
Изучение правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения или удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Значение спортивных соревнований. Требования к организации и проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по регби. Виды соревнований по регби. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки на участие в соревнованиях, их формы и порядок предоставления. Назначение судей. Оформление документации хода и результатов соревнований.
История возникновения игры (1 ч.)
Исторические сведения о зарождении тэг-регби как вида спорта. Советские и российские спортсмены на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх по регби.
Гигиенические требования (1 ч.)
Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная ёмкость лёгких. Потребление кислорода. Функции пищеварительного аппарата. Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии.
Раздел 2. Общая физическая подготовка (12 ч.)
Строевые упражнения. Шеренга, колонна, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка, изменение скорости движения строя. Движение в строю шагом и бегом. Умеренный бег на заданное время (девочки — до 5 мин, мальчики — 8–10 мин). Кроссы: девочки — 500 м, мальчики — до 1000 м с ускорениями. Изменение темпа движения. Бег спиной вперёд, правым и левым боком, зигзагами, в переменном темпе. Остановка. Понятия о командах.
Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лёжа). Сгибание и разгибание рук, вращение, махи, отведение, приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.
Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.
Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловища, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лёжа на спине; из положения лёжа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лёжа, сидя и в положении виса.
Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, штангой (для юношей).
Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнёра. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивным мячом.
Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнёра. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.
Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнёра (пассивные наклоны, отведения ног, рук, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперёд, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперёд, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперёд, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырёх баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.). Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, метаниями.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересечённой местности от 3 мин до 1 ч (для разных возрастных групп).

Раздел 3. Специальная физическая подготовка (12 ч.)

40 м из различных положений (сидя, стоя, лёжа) лицом, боком и спиной вперёд. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнёром, в соревновании с партнёром за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперёд, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определённом количестве прыжков; на количество прыжков при определённом отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте и продвигаясь вперёд, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лёжа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнёр. Из упора лёжа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положении лёжа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объёма (теннисного, хоккейного, баскетбольного набивного мяча весом 1–5 кг) на точность, дальность, быстроту. Бросок мяча в прыжке с разбега, толкаясь о гимнастическую скамейку.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену с последующей ловлей. Ловля мяча от стены после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперёд и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полёта (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнёра. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнёров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2–3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинённым временем, заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

Раздел 4. Вид спорта (29 ч.)

Понятие о технике игры (1 ч.)

Терминология и классификация технических приёмов регби. Основные технические приёмы: стойка (нападающего, защитника), перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча, блокирование, персональная опека. Техника, мощность, точность, дальность броска.

Практические занятия (4 ч.)

Техника нападения. Стойка нападающего, перемещения без мяча, бег с изменением направления и скорости, передвижения приставными шагами (боком, вперёд-назад), остановка шагом, прыжком, повороты на месте и в движении, сочетание передвижений, остановок, поворотов, выходы на передачи. Передачи мяча одной рукой от плеча на месте и в движении, и прыжке. Передача мяча согнутой и прямой рукой сверху, сбоку, снизу. Передача мяча на разной высоте и с разной силой. Передача мяча с отскоком от площадки. Скрытые передачи. Кистевая передача, передача без замаха. Откидки мяча. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке, после отскока от площадки. Обратный пас. Ловля мяча на скорости: при встречном движении, под углом, летящего со спины. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча с сопротивлением противника. Выбрасывание и ловля мяча после бокового и углового бросков. Удар мяча по воротам. Бросок согнутой рукой от плеча — с места, с разбега, в прыжке, согнутой и прямой рукой сбоку и сверху. Семиметровый штрафной бросок. Бросок с места и с хода с падением. Бросок без замаха. Бросок после ловли: на месте, в движении, в прыжке. Свободный бросок. Бросок с угла: с выпрыгиванием, с падением, перекидка. Эстафеты с бросками.

Финты (2 ч.)

Финты без мяча — ускорения, повороты, остановки, рывки, прыжки, выпады. Обучение одношажным, двухшажным, трёхшажным финтам. Финты с мячом. Обыгрывание защитника вправо и влево. Ложные движения на передачу, бросок, проход. Финты с поворотом.

Техника защиты (2 ч.)

Стойка защитника, перемещения — выходы вперёд и назад, смещения вправо и влево приставными шагами, блокирование бросков, персональная опека, обманные действия, перехват мяча.

Тактика игры (2 ч.)

Понятие о тактике игры. Содержание тактической подготовки. Индивидуальная, групповая, командная тактика. Средства, способы, формы ведения игры. Игровая дисциплина. Тактика нападения. Тактика защиты.

Практическое занятие (6 ч.)

Тактика нападения. Основные принципы нападения. Расстановки. Функции нападающих, индивидуальная тактика нападающего: общие требования, выбор места, освобождение от защитника, броски в ворота, взаимодействие с партнёром, подбор мяча, использование финта. Групповые тактические действия: взаимодействия двух игроков, взаимодействия трёх игроков, простейшие тактические комбинации «двойка», «тройка», «обратный вход», «заслон центру». Командные действия: стремительное нападение, позиционное нападение с одним линейным, с двумя линейными нападающими. Тактика стандартных положений: разыгрывание свободного броска, угловой бросок, штрафной бросок, боковой бросок, окончание времени 15 с. Ознакомление с общекомандными комбинациями.

Тактика защиты (1 ч.)

Основные принципы защиты. Расстановка, функции защитников. Индивидуальная тактика защитника: занятие позиции, перемещения, опека нападающего без мяча, опека нападающего с мячом, перехваты мяча, блокирование бросков, блокирование бросающей руки, «связывание» нападающего, освобождение от заслона, пересечение траектории полёта мяча. Групповые действия: «разбор» игроков, смена подопечных, переключение защитников, подстраховка, групповое блокирование, взаимодействия с вратарём, действия в меньшинстве. Командные действия: персональная защита в зоне свободных бросков, зонная защита 6-0, 5-1, комбинированная защита

5+1, защита при численном неравенстве. Защита при контратаке. Защита против различных систем нападения. Учебные односторонние и двусторонние игры.

Раздел 5. Контрольные игры и соревнования (4 ч.)

Проводятся согласно плану работы объединения и календарному плану спортивных мероприятий. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке, технике игры. Контрольные испытания целесообразно проводить в начале и в конце основных (зимнего и летнего) периодов. Кроме установленных нормативов, в заключение соревновательного периода учащиеся должны выполнить следующие технические приёмы: передача и ловля мяча в движении, броски мяча на дальность, ведение мяча с препятствиями, участие в контрольной игре с исполнением рекомендованных функций (нападающего, защитника).

Раздел 6. Техника нападения (3 ч.)

Ловля мяча одной рукой, кистевая передача без замаха, скрытые передачи, передача мяча линейному нападающему (с отскоком мяча от площадки), передача мяча крайнему нападающему, выпрыгивающему с хода над площадью ворот, ловля мяча в прыжке с последующим броском в ворота. Совершенствование финтов. Броски с закручиванием мяча, совершенствование бросков в опоре и в прыжке с разных точек. Обыгрывание последовательно двух защитников в атаке с отрывом (с мячом).

Раздел 7. Тактика защиты (3 ч.)

Совершенствование изученных действий. Индивидуальные тактические действия: «персональная опека» нападающего по всему полю, сопровождение нападающего при входах в линию, сочетание опеки с блокированием, участие в контратаке. Групповые тактические действия: создание численного большинства; действия в меньшинстве, подстраховка при заслонах, взаимопомощь голосом, действия при штрафном броске. Командные тактические действия: персональная защита по всему полю и зонная защита, защита при контратаке противника, замены защитников. Итоговое занятие. Подведение итогов года.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты. Обучающиеся должны знать:

- основы строения и функций организма;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- простейшие правила игры и соблюдать их;
- методы самоконтроля и оценки результатов индивидуальной спортивной деятельности и поддержания спортивной формы.

Личностные результаты. Обучающиеся должны уметь:

- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- выполнять простейшие комбинации в стандартных ситуациях, организовывать командные действия.

Метапредметные результаты. Обучающиеся получат возможность научиться:

- организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- организации здоровьесберегающей жизнедеятельности (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- игровым и стандартным ситуациям в тэг-регби;
- участию в соревнованиях.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Программа «Тэг-регби» ознакомительного уровня — 72 часа

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1. Теоретические основы знаний (5 ч.)						
1	02.09	Техника безопасности. Правила игры	1	групповая	Спортивный зал	Опрос
2	04.09	Правила соревнований	1	групповая	Спортивный зал	Опрос
3	09.09	Правила судейства	1	групповая	Спортивный зал	Опрос
4	11.09	История возникновения игры	1	групповая	Спортивный зал	Опрос
5	16.09	Гигиенические требования	1	групповая	Спортивный зал	Опрос
2. Общая физическая подготовка (12 ч.)						
6	18.09	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
7	23.09	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
8	25.09	Подвижная игра с элементами регби. ОФП. Развитие выносливости	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
9	30.09	Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование видов передвижений: «шаг в сторону»,	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
		«двойной шаг». Подвижные игры				
10	02.10	Силовая подготовка. Подвижные игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
11	07.10	Простейшие передвижения в атаке: кресты, забегания, смещения. Развитие скоростных и координационных способностей. Челночный бег. Подвижные игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
12	09.10	Развитие скоростных способностей средствами лёгкой атлетики. Учебная игра тэг-регби	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
13	14.10	Силовая подготовка. Учебная игра 5×5, 6×6	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
14	16.10	Совершенствование техники владения мячом. Подвижная игра с элементами футбола	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
15	21.10	Развитие скоростных способностей средствами лёгкой атлетики. Учебная игра тэг-регби	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
16	23.10	Развитие быстроты, координации, силы, ориентировки в пространстве: стойки и перемещения;	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
		передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями				
17	28.10	Отработка изученных элементов в учебной игре 4/4	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
3. Специальная физическая подготовка (12 ч.)						
18	30.10	Отработка изученных элементов в учебной игре 5×5	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
19	11.11	Повторный инструктаж на рабочем месте. ПТБ на занятиях регби. Определение уровня скоростно-силовой подготовки	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
20	13.11	Подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
21	18.11	Развитие скоростной выносливости	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
22	20.11	Совершенствование изученных технических элементов в подвижных играх	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
23	25.11	Совершенствование умений и навыков выполнения командных тактических действий в	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
		нападении и защите в учебной игре				
24	27.11	Совершенствование умений и навыков выполнения командных тактических действий в нападении и защите в учебной игре	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
25	02.12	Школьные соревнования по тэг-регби	1	групповая	Спортивный зал	Соревнования
26	04.12	Развитие общей выносливости. Подвижные игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
27	09.12	Двусторонние игры по упрощённым правилам с использованием мяча для регби	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
28	11.12	Учить выполнению индивидуальных технических действий на большой скорости, согласованному сочетанию движения руками с выполнением базовых шагов (элементов)	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
29	16.12	Понятие о технике игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
4. Вид спорта (29 ч.)						
30	18.12	Понятие о технике игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
31	23.12	Соревнования	1	групповая	Спортивный	Соревнования

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
					зал	
32	25.12	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
33	13.01	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
34	15.01	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
35	20.01	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
36	22.01	Финты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
37	27.01	Финты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
38	29.01	Финты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
39	03.02	Финты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
40	05.02	Техника защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
41	10.02	Техника защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
42	12.02	Техника защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
43	17.02	Техника защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
44	19.02	Тактика игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
45	24.02	Тактика игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
46	26.02	Тактика игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
47	03.03	Тактика игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
48	05.03	Тактика игры	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
49	10.03	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
50	12.03	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
51	17.03	Практическое занятие	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
52	19.03	Соревнования	1	групповая	Спортивный зал	Соревнования
53	24.03	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
54	26.03	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
55	07.04	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
56	09.04	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
57	14.04	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
58	16.04	Тактика защиты	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
5. Контрольные игры и соревнования (4 ч.)						
59	21.04	Контрольно-тренировочная игра	1	групповая	Спортивный зал	Анализ выполненной работы
60	23.04	Контрольно-тренировочная игра	1	групповая	Спортивный зал	Анализ выполненной работы

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
61	28.04	Контрольно-тренировочная игра	1	групповая	Спортивный зал	Анализ выполненной работы
62	30.04	Подвижная игра с элементами регби. Развитие скоростной выносливости	1	групповая	Спортивный зал	Анализ выполненной работы
6. Техника нападения (3 ч.)						
63	05.05	Матчевые встречи по тэг-регби	1	групповая	Спортивный зал	Анализ выполненной работы
64	07.05	Подвижная игра с элементами регби. ОФП. Развитие выносливости	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
65	12.05	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений. Подвижные игры. Соревнования. Развитие скоростно-силовых качеств средствами лёгкой атлетики	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
7. Тактика защиты (3 ч.)						
66	14.05	Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование видов передвижений: «шаг в сторону», «двойной шаг». Подвижные игры. Закрепить технику передвижений различными способами в атаке и защите в подвижных играх	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
67	19.05	Совершенствование видов передвижений: «шаг в сторону», «двойной шаг». Подвижные игры. Закрепить технику передвижений различными способами в атаке и защите	1	групповая	Спортивный зал	Наблюдение
68	21.05	Совершенствование техники игры в тэг-регби	1	групповая	Спортивная площадка	Наблюдение
69	26.05	Совершенствование техники игры в тэг-регби	2	групповая	Спортивная площадка	Наблюдение
70	28.05	Совершенствование техники игры в тэг-регби	2	групповая	Спортивная площадка	Наблюдение
71	30.05	Итоговое занятие. Подведение итогов года	2	групповая	Спортивная площадка	Наблюдение
72	31.05	Итоговое занятие. Подведение итогов года	2	групповая	Спортивная площадка	Наблюдение
Итого:			**72**			

2.2. ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формами подведения итогов реализации образовательной программы являются:

1. Анализ результатов диагностики, сдачи зачётов, нормативов.
2. Анализ результатов участия обучающихся в соревнованиях.
3. Анкетирование, тестирование, собеседование.

Основной метод диагностики уровня обученности и воспитанности детей — педагогическое наблюдение и тестирование.

Уровень теоретической подготовки (текущий контроль) отслеживается методом педагогического наблюдения и тестирования.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется промежуточный и итоговый контроль.

Формы проведения итогов реализации программы: итоговые занятия.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал учёта посещаемости; аналитическая справка.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурсы, соревнования.

Оценочные материалы. Текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера-преподавателя. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объёме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе учебного занятия или соревновательной деятельности применительно к изучаемому практическому материалу. Контроль образовательной деятельности ведётся на основе оценки тренировочной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления образовательной деятельностью.

Управление образовательной деятельностью охватывает три стадии:

- сбор информации;
- анализ накопленной информации;
- планирование образовательной деятельности.

На каждом году обучения в рамках годичного цикла периодически необходимо:

- собирать и анализировать информацию о физическом состоянии и технико-тактическом мастерстве каждого обучающегося, психологическом состоянии, о тренировочных нагрузках и т.п.;
- сопоставлять информацию о применяемых тренировочных нагрузках с результатами, показанными обучающимися в соревновательной деятельности и мониторинге физических кондиций.

В процессе такого сопоставления определяется, какая тренировочная нагрузка оказала наибольшее влияние на совершенствование того или иного физического качества обучающегося, достаточным ли оказался объём того или иного вида нагрузки, насколько оптимально соотношение объёма и направленности разных видов нагрузки и т.п.

Точность ответа на поставленные вопросы будет зависеть от классификации и способов измерения тренировочных нагрузок, применяемых в процессе подготовки обучающихся.

Если выбраны неинформативные характеристики, объективно оценить тренировочную нагрузку не удастся. В этом случае нельзя эффективно управлять тренировочным процессом.

Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:

- проверяются и оцениваются результаты усвоения учебного материала во время учебного процесса;
- объём проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данного года обучения.

Выявление уровня освоения обучающимся упражнений по общей физической и технической подготовке.

Формой контроля является мониторинг по общей физической и технико-тактической подготовке. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учётом возрастной категории и гендерной принадлежности обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного полугодия (декабрь, май) каждого года обучения. По итогам мониторинга второго полугодия обучающийся переводится на следующий год обучения. Промежуточная аттестация проводится каждый учебный год.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года (май месяц).

При переводе с одного года обучения на другой, а также в конце последнего года обучения учитываются достижения и результаты обучающихся, показанные в соревновательной деятельности.

Для обучающихся, входящих в состав сборных команд региона, города (федерального статуса), России, итоговая аттестация может осуществляться ранее указанных сроков окончания обучения. В зачёт могут засчитываться результаты и достижения соревновательной деятельности за последние два года обучения.

За высокие спортивные достижения и результаты, показанные за период обучения, по решению педагогического совета образовательной организации обучающиеся, члены сборных команд региона и России, могут быть освобождены от итоговой аттестации.

По окончании обучения по программе выпускники получают документ установленного образца образовательной организации.

При проведении итоговой аттестации необходимо руководствоваться Положением об итоговой аттестации образовательной организации, на базе которой проходил обучение выпускник.

Результаты мониторинга заносятся в протокол и обрабатываются в электронном виде.

2.3. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

Контрольные упражнения по ОФП и СФП

Упражнения	11 лет (м)	11 лет (д)	12 лет (м)	12 лет (д)	13 лет (м)	13 лет (д)	14 лет (ю)	14 лет (д)	15 лет (ю)	15 лет (д)	16 лет (ю)	16 лет (д)
20 м (сек)	4,0	4,1	3,9	4,0	3,8	3,9	3,7	3,8	3,6	3,8	3,5	3,7
Прыжки в длину с места (см)	160	150	175	165	190	175	205	185	225	190	240	200
Высота подскоков (см)	36	30	40	36	44	40	48	43	53	45	60	50
30 м (сек) с ведением	5,8	6,3	5,5	6,1	5,3	5,8	5,1	5,5	4,9	5,4	4,6	5,2
Броски в цель (кол-во раз)	5	5	6	6	7	7	8	8	9	8	10	9

Контрольные упражнения по технике

Возраст	11–12 лет (девочки)	11–12 лет (мальчики)	13–14 лет (девушки)	13–14 лет (юноши)	15–16 лет (девушки)	15–16 лет (юноши)
Передача мяча на месте	5–6	7–8	7	7–8	7–8	8–9
Передача мяча в движении	3–5	5–6	5–6	7–8	6–7	8–10
Ловля мяча после удара	5–6	6–7	5–6	7–8	7–8	8–10

Возраст	11–12 лет (девочки)	11–12 лет (мальчики)	13–14 лет (девушки)	13–14 лет (юноши)	15–16 лет (девушки)	15–16 лет (юноши)
ногой						
Удары ногой по мячу с рук на точность	4–5	5–6	4–5	7–8	6–7	8–9
«Слалом» (секунды)	24–27	21–22	23–24	19–21	19–22	18–20

2.4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств подростков, на решение их индивидуально-личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности. Но главным образом — на поддержку подростка, имеющего проблемы психического, социально-бытового или социально-экономического плана.

Методы, используемые в процессе обучения:

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определённую деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, то есть самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему упражнений и тренировок.

Рассмотрим более подробно используемые методы организации деятельности по программе.

- **Метод убеждения** — разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.
- **Словесные методы** — рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.
- **Метод показа** — демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п. Может сопровождаться показом.
- **Метод упражнения** — систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных умений, знаний и навыков.
- **Метод состязательности** — поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация достижений обучаемых, определение ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос учащихся позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств обучающихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на обучающихся.

Работа с родителями (родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа) даёт возможность для согласованного воздействия на обучаемого, педагогов и родителей.

Основными формами обучения являются:

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- военно-спортивные игры, конкурсы, викторины, турниры;
- встречи с ветеранами военной службы, ветеранами боевых действий;
- экскурсии.

Образовательные технологии:

- **Здоровьесберегающие технологии** — это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников — взрослых и детей. Огромное значение в

работе детских объединений имеет обучение здоровому образу жизни, активной жизненной позиции, приёмам саморегуляции и закаливания, психорегулирующей тренировке и двигательным навыкам на основе учёта индивидуальных законов развития.

- **Технологии личностно-ориентированного обучения.** В центре внимания — личность подростка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приёмы личностно-ориентированных технологий обучения направлены прежде всего на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого учащегося, помочь становлению личности путём организации познавательной деятельности.
- **Технология развивающего обучения** является дополнением личностно-ориентированного обучения. Её цель — создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми; при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.
- **Технология сотрудничества** — это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скреплённой взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.
- **Игровые технологии.** В основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы.
- **Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).** Это все технологии, использующие специальные технические средства (компьютер, аудио, кино, видео), то есть компьютерную и информационную технику. Информационные и коммуникационные технологии (ИКТ) — это широкий спектр цифровых технологий, используемых для создания, передачи и распространения информации и оказания услуг (компьютерное оборудование, программное обеспечение, телефонные линии, сотовая связь, электронная почта, сотовые и спутниковые технологии, сети беспроводной и кабельной связи, мультимедийные средства, а также Интернет). В современной системе образования стремительно набирает скорость процесс внедрения ИКТ, обеспечение учебных учреждений компьютерной техникой, развитие телекоммуникаций, глобальных и локальных образовательных сетей.

2.5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы происходит в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Для каникулярного периода разрабатывается отдельный модуль программы.

2.5.1. Кадровое обеспечение: образовательный процесс по данной программе обеспечивается педагогическими кадрами, соответствующими требованиям профессионального стандарта, имеющими опыт организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительных общеразвивающих программ.

2.5.2. Материально-техническое обеспечение:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие инвентаря;
- наличие экипировки;
- наличие тренажёрного зала;
- мяч для тэг-регби (размер 3);
- мяч набивной (2 кг);
- турники, скакалки.

2.5.3. Информационное обеспечение:

- Министерство спорта РФ — www.minsport.gov.ru
- Минобрнауки РФ — https://yandex.ru/
- Русское регби — http://www.russianrugby.ru/

2.5.4. Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие компоненты:

- создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях;
- проведение психологического тестирования по проверке базовых и приобретённых знаний, умений и навыков;

- побуждение спортивного интереса учащихся к практической и спортивной деятельности;
- применение индивидуальных, групповых и массовых форм обучения;
- разработка и подбор диагностических материалов для определения уровня удовлетворённости учащихся и их родителей дополнительными образовательными услугами.

2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

2.6.1. Федеральные нормативные документы:

1. Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее — ФЗ № 273).
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 г.).
4. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
5. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утверждённый 30.11.2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
7. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утверждённый 07 декабря 2018 г.
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021 г.).
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах РФ».
12. Письмо Министерства просвещения РФ от 1.08.2019 г. № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ».
13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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 молодёжи"».
14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.01.202
14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (разд. 6 Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи)».
15. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утверждён президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11.

16. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов, утверждённая Президентом Российской Федерации (от 3 апреля 2012 г. № Пр-827).
17. Указ Президента Российской Федерации «Об объявлении в Российской Федерации десятилетия детства» (№ 240 от 29 мая 2017 года).

Региональные нормативные документы:

1. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта "Успех каждого ребёнка" национального проекта "Образование"».
2. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.03.2023 г. № 225 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Ростовской области».

2.6.2. Информационные источники для педагога:

1. Коменский Я.А. «Физическая культура».
2. Кулешов А.В. Правила регби за 5 минут. — М.: Спорт в школе, № 5 (455), 2018.
3. Кун Л. «Всеобщая история физической культуры и спорта».
4. Кучин В.А. Особенности методики физической подготовки юных регбистов на этапе углублённой спортивной тренировки: дис. канд. пед. наук. — М., 2020.
5. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте. — М.: Спорт АкадемПресс, 2021.
6. Основы подготовки регбистов / Холодов Ж.К., Варакин Б.А., Петренчук В.К. — М.: ФИС, 2019. — 188 с.
7. Пулен Р. Регби: игра и тренировка. — М.: ФиС, 2018.
8. Тимошенко А.А. 40 уроков регби. — М., 2021.
9. Хайхем. «Регби на высоких скоростях».

2.6.3. Информационные источники для детей и родителей:

1. Бесполов Д.В. Королевская крепость // журнал «Спорт в школе». — 2020. — № 9.
2. Бесполов Д.В. Музыкальные мини-проекты на уроках физической культуры // журнал «Спорт в школе». — 2021. — № 14.
3. Варакин В.А. Предсоревновательная подготовка квалифицированных регбистов: дис. канд. пед. наук. — М., 2018.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Карта диагностики освоения программы «Тэг-регби»

Педагог дополнительного образования: _____

Группа: _____

Дата заполнения: _____

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Возраст	Л1	Л2	Л3	М1	М2	М3	П1	П2	П3	Суммарный балл	Уровень
1													
2													
3													

Расшифровка показателей:

- **Л1** — познавательная активность.
- **Л2** — интерес к занятиям в объединении.

- **Л3** — эмоциональная отзывчивость.
- **М1** — умение слушать и слышать педагога и друг друга.
- **М2** — умение работать в команде.
- **М3** — умение аккуратно выполнять работу.
- **П1** — практические умения и навыки (техника игры).
- **П2** — творческие навыки.
- **П3** — владение спортивным инвентарём.

Оценки по каждому показателю: от 0 до 2 баллов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2
Информационная карта № 1 «Определение уровня личностного развития»

Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления
Л1 Познавательная активность	Проявление желания узнать новую информацию	- низкий (не проявляет); - средний (слушает, но не задаёт вопросы); - высокий (слушает и задаёт вопросы)	0 1 2	Наблюдение, опрос
Л2 Интерес к занятиям	Осознанное участие в освоении программы	- низкий (интерес продиктован извне); - средний (периодически поддерживается); - высокий (постоянно поддерживается)	0 1 2	Наблюдение, беседа
Л3 Эмоциональная отзывчивость	Способность сопереживать, выражать отношение	- низкий (не проявляет эмоций); - средний (проявляет, но не объясняет); - высокий (активно выражает, аргументирует)	0 1 2	Наблюдение, беседа

ПРИЛОЖЕНИЕ 3
Информационная карта № 2 «Определение уровня сформированности метапредметных умений»

Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления
М1 Умение слушать и слышать	Способность воспринимать информацию	- низкий (не слушает); - средний (слушает, но не всегда понимает); - высокий (внимательно слушает, понимает)	0 1 2	Наблюдение

Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления
М2 Умение работать в команде	Способность согласовывать свои действия с другими	- низкий (не умеет); - средний (умеет при напоминании педагога); - высокий (самостоятельно)	0 1 2	Наблюдение, практическое задание
М3 Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность	- низкий (неаккуратно); - средний (аккуратно, но не ответственно); - высокий (аккуратно и ответственно)	0 1 2	Наблюдение

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Информационная карта № 3 «Определение уровня сформированности предметных умений и навыков»

Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления
П1 Практические умения и навыки (техника игры)	Соответствие программным требованиям	- низкий (менее ½); - средний (более ½); - высокий (практически все)	0 1 2	Опрос, практическое задание
П2 Творческие навыки	Креативность	- низкий (простейшие задания); - средний (по образцу); - высокий (с элементами творчества)	0 1 2	Практическое задание, наблюдение
П3 Владение спортивным инвентарём	Отсутствие затруднений	- низкий (затрудняется); - средний (с помощью педагога); - высокий (самостоятельно)	0 1 2	Практическое задание, опрос

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Лист динамики группы

Педагог дополнительного образования: _____

Группа: _____

Учебный год: _____

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Модуль 1	Модуль 2	Модуль 3	Модуль 4	Итог
1						
2						
3						

Условные обозначения:

- + — справился;
- ± — частично справился;
- − — не справился.

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Анкета для родителей (входная)

Уважаемые родители! Просим вас ответить на вопросы, это поможет нам лучше узнать вашего ребёнка.

1. Фамилия, имя ребёнка _____
2. Возраст ребёнка _____
3. Занимался ли ребёнок ранее спортивными играми? (да / нет)
4. Любит ли ребёнок командные игры? (да / нет / иногда)
5. Какие физические качества у ребёнка развиты лучше всего? (сила / быстрота / ловкость / выносливость / гибкость)
6. Что вы ожидаете от занятий в объединении «Тэг-регби»?

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Лист коррекции рабочей программы

№ урока	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока (раздела)	Количество часов по плану	Количество часов по факту	Причина коррекции	Способ коррекции	Форма контроля

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Методика проведения контрольных нормативов по физической и технической подготовке

1. Бег 30 метров.Испытуемый выполняет прямолинейный рывок (30 метров) с высокого старта, учитывается лучшее время по двум попыткам.

2. Прыжок в длину с места.Измерение проводится по общим правилам отсчёта длины прыжка, учитывается лучший результат по трём попыткам.

3. Бег 1000 м.На 1000-метровой дистанции каждый бегун должен оптимально реализовать все необходимые движения, позволяющие её преодолевать. Необходимо стремиться к достижению той скорости, с которой планирует спортсмен пробежать на соревнованиях.

4. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см.Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лёжа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы вместе, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см. Высота грифа перекладины — 90 см по верхнему краю.

Для того чтобы занять исходное положение, участник подходит к перекладине, берётся за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от перекладины, шагая вперёд, выпрямляется

так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав его на 1 секунду, и продолжает выполнение испытания. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счётом судьи вслух.

5. 10 штрафных бросков. Испытуемый выполняет 10 бросков с линии штрафного, мяч подбирает партнёр, при заступе за линию попадание не засчитывается, 1-й бросок пробный.

6. Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 метра). Отрезок 15 м туда и обратно (сек). Испытуемый выполняет ведение мяча с обводкой стоек (через 3 метра). Отрезок 15 м туда и обратно. Фиксируется время до завершения испытания.