

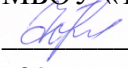
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТЕРНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ЯКОВЛЕВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА»**



«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Терновская ООШ»
Селифанова А.И.
Приказ № 172
«26» июня 2020 г.

**Рабочая программа
дополнительного образования
«Тег-регби»
(физкультурно-спортивная направленность,
для детей 10-15 лет)**

«Рассмотрено»
на заседании МС МБОУ
«Терновская ООШ»
Протокол № 10 от
«29» мая 2020 г.

«Согласовано»
заместитель директора
МБОУ «Терновская ООШ»
 Степкина С.Ю.
«29» мая 2020 г.

«Принято»
на заседании
педагогического совета
МБОУ «Терновская ООШ»
Протокол № 13 от
«26» июня 2020 г.

Составитель:
учитель физической культуры
Власов Павел Викторович

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Тэг-Регби» является авторской и составлена на основе программы интегративного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби (далее – программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта общего образования второго поколения и соответствует федеральному компоненту государственного стандарта общего образования (приказ № 1089 Минобразования Российской Федерации от 5 марта 2004 г.), отвечает положениям Закона «Об образовании», основным положениям Концепции содержания образования обучающихся в области физической культуры (2001 г.), Федерального закона «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ, в котором отмечается, что организация физического воспитания в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Содержание программы основано на положениях следующих нормативных правовых актов Российской Федерации:

- требования к результатам освоения образовательной программы по «Физической культуре» основного общего образования (ГОС и ФГОС);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- Поручение Президента Российской Федерации от 02 октября 2007 г. № ПР-1766 «О развитии физической культуры и спорта в образовательных учреждениях России»;
- Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года в отношении модернизации системы физического воспитания детей, подростков, молодежи, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 07 августа 2009 г. № 1101-ф;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. № 889;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

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

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

интеллектуальном, физическом развитии детей, формировании культуры здорового образа жизни.

Новизна программы «Тэг-регби» 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 двухсторонней игрой в тэг-регби, тач-регби, в классическое регби.

Педагогическая целесообразность программы «Тэг-регби» 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 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 подготовке) и коллективно (на основе разнообразных подвижных игр и элементов мини-регби).

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

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры Тэг регби; создание оптимальных педагогических условий для всестороннего удовлетворения потребностей обучающихся и развития их индивидуальных склонностей и способностей, мотивации личности к познанию и творчеству

Основными **задачами** программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по регби);
- подготовка учащихся к соревнованиям по регби

Программа решает основные задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья и повышение работоспособности обучающихся;
- воспитание у школьников морально-нравственных качеств;
- развитие основных двигательных качеств.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы на основе курса «Тэг-регби»

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

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение навыком сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование умения использования знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, в соответствии с их возрастными особенностями и половыми нормативами;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование здорового образа жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физкультурной деятельности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно оценивать свои действия;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на уроках, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;

Предметные результаты изучения физической культуры отражают опыт обучающихся в физкультурной деятельности, а именно:

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости, силы);

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения соревнований по видам регби;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств регби;
- изложение фактов истории развития регби, Олимпийских игр современности, характеристика видов регби, влияние аэробных занятий на организм человека;
- развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками спортивных игр, эстафет, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований;
- осуществление объективного судейства соревнований своих сверстников;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- умение находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений разными обучающимися;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений разными способами, в различных условиях.

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

Данная рабочая программа составлена для учащихся трех возрастных групп в возрасте от 10 до 15 лет, рассчитана на 33 часа в год, продолжительность занятия 35 минут.

Место проведения: спортивный зал, стадион

Занятие проводится с инвентарем, необходимым для обучения тэг-регби.

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

Виды занятий: фронтальные, групповые, индивидуальные.

Планируемый результат

В процессе изучения программы курса «Тэг-регби» обучающиеся должны: процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение навыком сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование умения использования знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, в соответствии с их возрастными особенностями и половыми нормативами;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

- формирование здорового образа жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физической деятельности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно оценивать свои действия;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на уроках, во внеурочной и внешкольной физической деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Обучающийся научится:

- правила техники безопасности на уроках по Тег-регби;
- регби как вид спорта;
- форму одежды на занятиях по Тег-регби;
- правила личной гигиены.
- правила техники безопасности на уроках по Тег-регби и способы предупреждения травм;
- краткую историю возникновения Тег-регби;
- краткие сведения о влиянии физических нагрузок на организм
- краткую историю возникновения и развития Тег-регби;
- правила соревнования.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выполнять индивидуальные технические действия;
- выполнять групповые тактические взаимодействия;
- передвигаться с мячом в руках;
- передавать мяч на месте и в движении;
- выполнять индивидуальные действия против оппонента, противника;
- реализовывать численное преимущество посредством паса;
- бить по мячу ногой на точность;
- применять тактические приемы;
- применять самостраховки при неожиданном падении (на улице, катке, дома, в школе);

- применять технико-тактических приёмов для участия в школьных и других соревнованиях по тэг-регби.

Учебно-тематический план

№	Раздел программы	Теория	Практика	Кол-во часов
1	Основы знаний	1		1
2	Общая физическая подготовка		15	15
3	Специальная подготовка		19	19
4	Примерные показатели двигательной подготовленности		1	1
Итого		1	35	36

Содержание рабочей программы Этапы обучения «Тэг-регби»

1 этап. На данном этапе осуществляется общая физическая подготовка обучающихся с включением элементов тэг-регби.

Задачи 1 этапа:

- научить правилам, технике безопасности на уроках, посвященных занятиям регби;
- привить навыки личной гигиены;
- подготовить детей для занятий тэг-регби;
- обучить различным играм и эстафетам с элементами игры.

К занятиям допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности.

Преимущественная направленность образовательного процесса этого этапа:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- приобретение разносторонней физической подготовленности;
- выявление задатков и способностей у детей;
- формирование стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

2 этап. В этот период создаются предпосылки для углубленного занятия данным видом спорта. Обучение тактике игры в защите и нападении.

Данный раздел включает 2 периода подготовки:

1. **Общеподготовительный период.** Он рассчитан на изучение истории возникновения и развития тэг-регби, воспитания физических качеств, развитии выносливости, ловкости, силы.

2. **Специально-подготовительный период.** Этот временной отрезок предусматривает дальнейшее воспитание физических качеств, изучение и совершенствование вариантов техники и тактики игры, участие по желанию обучающихся во внутришкольных, районных и окружных соревнованиях.

Задачи 2 этапа:

- научить соблюдать технику безопасности на уроках, привить навыки личной гигиены, обучить простейшим приемам закаливания и убедить в необходимости повседневного их применения;
- убедить в необходимости здорового образа жизни и привлечь как можно большее количество детей к занятиям спортом;
- воспитать силовые качества, координационные навыки, закрепить навыки техники паса и ловли мяча, научить тактическому мышлению;

- развивать мотивацию к познанию и совершенствованию своего тела, сформировать потребность в регулярных занятиях спортом;
- обучить базовым приемам, элементам техники и тактики тэг-регби, дать возможность будущим гражданам страны почувствовать себя уверенней в своих силах и возможностях.

К занятиям допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная, воспитательная работа и изучаются основы техники тэг-регби.

Преимущественная направленность образовательного процесса 1 периода (общеподготовительный период):

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовки;
- овладение основами техники тэг-регби;
- развитие мотивации к познанию и совершенствованию своего тела, формирование потребности к регулярным занятиям спортом.

Преимущественная направленность образовательного процесса 2 периода (овладение и совершенствование основами техники тэг-регби);

- развитие специальных физических качеств.

3 этап. В этот период совершенствуются техника, совершенствование тактических действий на игру и его применение в игровом процессе.

Задачи 3 этапа:

- закрепить навыки техники паса и ловли мяча, научить тактическому мышлению;
- развивать мотивацию к познанию и совершенствованию своего тела, сформировать потребность в регулярных занятиях спортом;
- совершенствовать базовые приемы, элементы техники и тактики Тег-регби;
- совершенствование тактических действий в защите
- совершенствование тактических действий в атаке
- участие в соревнованиях

К занятиям допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная, воспитательная работа и изучаются основы техники Тег-регби.

В основе планирования на этапе начального обучения лежит игровая деятельность с элементами регби. Занятия проводятся в форме игровых упражнений, различных эстафет, подвижных игр. Со стороны учителя планирование процесса обучения предусматривает творческий подход к изучению индивидуальных особенностей детей и создания у них общего представления о структуре выполнения основных движений и навыков, создающих основу для обучения игре в регби.

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Примечания
1	Инструктаж по ОТ и ТБ на занятиях регби. Правила Тег-регби. Определение уровня скоростно-силовой подготовки	1	
2	Подвижная игра с элементами регби. ОФП. Развитие выносливости	1	
3	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений	1	
4	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений	1	
5	Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование передвижений	1	
6	Простейшие передвижения в атаке. Силовая подготовка.	1	
7	Передвижения в атаке. Челночный бег. Подвижные игры	1	
8	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
9	Тег-регби. Требования безопасности. Правила. Начальное обучение	1	
10	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики	1	
11	Подвижная игра с элементами регби	1	
12	Обучение передаче мяча на короткой и средней дистанции	1	
13	Обучение передачи мяча в движении	1	
14	Закрепление техники передвижений в атаке. Учебная игра 4х4	1	
15	Закрепление передачи мяча. Учебная игра	1	
16	Закрепление техники передвижений в атаке. Учебная игра	1	
17	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
18	Совершенствование передачи мяча «короткий» пас, «средний пас». Прием передачи мяча.	1	
19	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
20	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
21	Совершенствование передачи мяча «короткий» пас, «средний пас». Прием передачи мяча.	1	
22	Двусторонние подвижные игры с элементами регби. Развитие выносливости	1	
23	Закрепление изученных элементов в учебной игре 3×3, 4×4	1	
24	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча	1	
25	Закрепление изученных элементов в учебной игре	1	
26	Повторение правил тег-регби. Скоростно-силовая подготовка	1	
27	ОФП. Развитие выносливости. Скоростно-силовая подготовка	1	
28	Подвижная игра с элементами регби	1	
29	Закрепление технико-тактические взаимодействия. Учебная игра	1	
30	Развитие общей выносливости. Учебная игра	1	
31	Развитие быстроты, координации, силы, ориентировке в пространстве.	1	
32	Закрепление группового тактического взаимодействия в нападении.	1	

33	Отработка изученных элементов в учебной игре 5×5	1	
34	Технико-тактическая подготовка	1	
35	Учебная игра тег-регби	1	
36	Игра тег-регби	1	

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Примечания
1	Инструктаж по ОТ и ТБ на занятиях регби. Правила Тег-регби. Определение уровня скоростно-силовой подготовки	1	
2	Подвижная игра с элементами регби	1	
3	Расположение игроков по амплуа	1	
4	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений	1	
5	Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование передвижений	1	
6	Простейшие передвижения в атаке	1	
7	Элементы защиты. Подвижные игры	1	
8	Тег-регби. Требования безопасности. Правила. Начальное обучение	1	
9	Подвижная игра с элементами регби	1	
10	Обучение передаче мяча на короткой дистанции	1	
11	Обучение передаче мяча средней дистанции	1	
12	Обучение передачи мяча в движении	1	
13	Учебная игра 4x4	1	
14	Закрепление техники передвижений в атаке	1	
15	Закрепление передачи мяча	1	
16	Учебная игра	1	
17	Совершенствование передачи мяча «короткий» пас, «средний пас»	1	
18	Закрепление групповых тактических взаимодействий	1	
19	ОФП. Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола	1	
20	Совершенствование передачи мяча, прием передачи мяча.	1	
21	Двусторонние подвижные игры с элементами регби	1	
22	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча	1	
23	Закрепление изученных элементов в учебной игре	1	
24	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча катящегося мяча	1	
25	Повторение правил тег-регби	1	
26	Подвижная игра с элементами регби	1	
27	Подвижная игра с элементами регби	1	
28	Совершенствование передачи мяча	1	
29	Развитие общей выносливости. Учебная игра	1	
30	Развитие скоростных способностей. Учебная игра	1	
31	Передача мяча в парах. Подвижная игра с элементами регби	1	
32	Эстафеты с регбийными мячами	1	
33	Совершенствование передачи мяча «короткий» пас, «средний пас», прием передачи мяча	1	
34	Учебная игра тег-регби	1	
35	Игра тег-регби	1	