

**Администрация Великого Новгорода
Комитет по образованию**

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 22»

Россия, 173003 г.Великий Новгород ул. Чудовская, 9
телефон: 77-24-69, 77-25-39
ИНН/КПП 5321049198/532101001

sch-22@yandex.ru

Принято:
на педагогическом совете
Протокол № 10 от 28 мая 2025 г.

Утверждено
приказом № 79 – а/д
от 29 мая 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающие программа
физкультурно-спортивной направленности
ознакомительного уровня
«Тэг-регби - начало»

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации программы: 1 мес (8 часов)

Великий Новгород
2025

РЕЦЕНЗИЯ _____ ФИО _____
_____ должность
_____ дата

СОГЛАСОВАНО _____ ФИО _____
Подпись ответственного лица МАУДО ЦДТ
_____ дата

Сведения о внесении изменений в программу:
_____ дата
Внесенные в программу
изменения рассмотрены педагогическим советом
протокол №_00_ от 00.00.0000

Структура программы

№	Разделы программы	стр.
	Титульный лист	1-2
	Структура программы	3
1.	Комплекс основных характеристик программы	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	7
1.4.	Планируемые результаты	8
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	10
2.1.	Календарный учебный график	10
2.2.	Условия реализации программы	10
2.2.1	Кадровое обеспечение программы	10
2.2.2.	Материальное обеспечение программы	10
2.3.	Формы аттестации	11
2.4.	Методические материалы	11
2.5.	Список литературы для педагога	11
2.6.	Список литературы для учащихся	11
3.	План воспитательной работы	12
3.1	Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания	12
3.2	Формы и методы воспитания	13
3.3	Календарный план воспитательной работы	13
4.	Приложение	14-16

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тег-регби – начало» **физкультурно-спортивной направленности, ознакомительного уровня.**

Программа разработана в соответствии с нормативными требованиями на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Указа Президента РФ от 09.11.2022 N 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей";
 - Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022 года № 629;
 - Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (с изменениями Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №2 от 17.03.2025);
 - Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые);
 - Письма Минпросвещения России от 27.03.2023 N 06-545 "О направлении информации»;
- С учетом:
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и Плана мероприятий по ее реализации»;
 - Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
 - Положение о дополнительном образовании обучающихся муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 22»;

- Устав муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 22».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Объем программы: 8 часов

Уровень программы: ознакомительный

Форма обучения: очная

Методы обучения: теоретические и практические тренировочные занятия

Срок освоения программы: 1 месяц

Режим занятий: 2 часа в неделю

Наполняемость учебных групп 15 - 20 человек, характер состава постоянный, одно - или разновозрастной.

Актуальность: реализации программы «Тэг-Регби - начало» состоит в том, что она способствует формированию здорового образа жизни учащихся, знакомит их с новым видом спорта регби в адаптированном бесконтактном и не травмоопасном варианте. Эта игра помогает преодолеть страх, учит находить решения.

Существенное отличие тег-регби - это отсутствие ограничений по возрасту и полу для участников. Правила игры основаны на бесконтактном взаимодействии игроков, тем самым вероятность столкновения участников сведена к минимуму.

Новизна программы «Тэг-регби - начало» 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.

Педагогическая целесообразность программы «Тэг-регби - начало» содержание программы позволяет формировать у детей уже с самых малых лет навыки здорового образа жизни. 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.

1.2 Цель и задачи программы

Цель – формирование интереса к освоению нового вида спорта «тэг-регби - начало», создание школьной команды.

Задачи программы:

обучающие:

- способствовать приобретению дополнительных знаний об истории развития тэг-регби;
- формирование знаний о роли физической культуры и спорта в жизни человека;
- формирование устойчивых знаний о безопасном поведении на занятиях тэг-регби;
- обучение учащихся правилам игры в тэг-регби;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры в тэг-регби;

развивающие:

- укрепление здоровья средствами общей физической подготовки, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности организма;
- развитие технических и тактических навыков и умений вести игру;
- развитие координационных способностей;

воспитательные:

- формирование организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
 - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни;
- воспитание коммуникативных навыков у обучающихся средствами игры в тэг-регби;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, умение брать на себя инициативу;
- самоопределение и социализация на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

1.3 Содержание программы

Учебный план

Раздел	1 месяц		
	Всего	Теория	Практика
Теоретическая подготовка	1	1	0
Основы тактики и техники регби	3	0	3
Игра	4	0	4
Форма аттестации	соревнование между командами		
Итого:	8	1	7

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка		1	1	0	
1.1	История Регби	1	0,5	0	Беседа.
1.2	Правила игры «Тэг-регби»	1	0,5	0	Опрос
Раздел 2. Основы тактики и техники регби		3	0	3	
2.1	Подводящие игры, отработка правил игры на практике	3	0	3	Наблюдение, опрос
Раздел 3. Игра		4	0	4	
4.3	Игра	8	0	7	Наблюдение

Содержание программы

Раздел 1 Теоретическая подготовка (1 час)

Теория: История Регби. Регби в России.

Правила игры «Тэг-регби», понятийный аппарат.

Раздел 2. Основы тактики и техники тег-регби (3 часа)

Подводящие игры:

«Муравейник», «Муравейник с мячом», «Колдунчики», «Охотники на вампиров», «Кошки-мышки», «Поймай хвост», «Лидер», «Лидер с пасом», «Челлендж», «Регби-ралли», «Итоговый обзор», «Пограничники 3*3» (Приложение №1)

Занятие 1

Игры: «Муравейник», «Муравейник с мячом», «Колдунчики», «Охотники на вампиров». Повторение правил безопасной игры.

Занятие 2

Игры: «Охотники на вампиров», «Кошки-мышки», «Поймай хвост», «Лидер». Повторение правил безопасной игры, уклонение от «захватов», работа в паре.

Занятие 3

Игры: «Муравейник с мячом», «Лидер», «Лидер с пасом», «Итоговый обзор», «Пограничники 3*3». Повторение предыдущего материала, опрос по понятийному аппарату, правилам игры

Раздел 3. ИГРА тэг-регби (4 часа)

Каждое занятие начинается с разминки и одной из подводящих игр. Повторение требований техники безопасности и правил игры обязательно. Игры в условиях разных поверхностей (спортивный зал, искусственное травяное покрытие, песок) и с разным временем таймов (2 по 5 мин, 2 по 7 минут, 2 по 15 минут) в зависимости от погодных условий и состава команд.

1.4. Планируемые результаты программы

	Планируемые результаты	Показатели	Формы оценки
Личностные	-устойчивый интерес к виду спорта; -уважительное отношение к людям.	-устойчивый запрос на участие в играх; -наличие уточняющих вопросов по виду спорта. -настойчивость в участии в командах.	Наблюдение. Беседа. Опрос
Метапредметные:	способность судить игру, создавать схемы движения игроков на поле	- умеет продумать схемы движения игроков на поле для достижения цели; - умеет вести диалог;	Наблюдение Беседа. Итоговое обсуждение каждой игры.

		- умеет оценить качество результата своей деятельности.	
Предметные	участие в играх (соревнованиях)	<i>умеет:</i> - применять технические приемы «захватов», обхода соперников, подбор тактических ходов; - правильно и безопасно выполняет технические приемы игры; - умеет судить игру, знает правила тэг-регби	Наблюдение. Беседа. Игры.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Срок обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учеб. недель	Всего учеб. дней	Кол-во учеб. часов	Режим занятий
1 месяц	26.05.2025	21.06.2025	4	8	8	2 раза в неделю

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающим профессиональными компетенциями в области: умения ставить цели и задачи в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся, умения перевести тему занятия в педагогическую задачу, вовлечь обучающихся в процесс формулирования целей и задач, мотивирования обучающихся создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности, создавать условия обеспечения позитивной мотивации обучающихся, адекватно подбирать приемы и методы работы в рамках одного занятия или цикла занятий, принимать решения в педагогических ситуациях, реализовать педагогическое оценивание.

2.2.2. Материальное обеспечение программы:

Методическая литература	
<u>Помещения и оборудование</u>	<u>Количество, шт.</u>
спортивный зал 19 * 8	1
мячи для регби	2
комплект пояс + ленты	10
мяч волейбольный (футбольный)	20

2.3. Формы аттестации

Способы оценки результативности освоения программы.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения обучающихся проходит через наблюдение за работой на каждом занятии, опрос и беседы.

Формы текущего контроля – наблюдение, беседа, просмотр (проводится в конце задания с целью обсуждения).

Форма аттестации. Серия игр с последующим обсуждением.

2.4 Методическое обеспечение программы

Вместе со словесными методами (рассказ, объяснение, беседа), используются наглядные (показ) и практические (упражнение).

2.5 Список литературы для педагога

1. Ковтун В.Н., Ксенофонтова Е.А., Тагоев С.А. «Тэг-регби за 8 часов».- Москва, 2020 – 64 с.
2. Иванов В.А. Интегральная подготовка в структуре тренировочного процесса квалифицированных регбистов: дис. канд. пед. наук. - М., - 2004 г.
3. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте. - М., Спортакадемпред, 2000 г

2.6 Список литературы для учеников

1. Малов, В.И. «100 великих олимпийских чемпионов» – М.: Вече, 2007. – 480с

3. План воспитательной работы

3.1 Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций спорта; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения детей к спорту, здоровому образу жизни, поведению в коллективе;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

В рамках основных ориентиров воспитания в рамках программы упор делается на следующие ценности:

- понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни; безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния; стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- уважения к старшим, наставникам; дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта; интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

3.2 Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3 Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения	Результат
1	День защиты детей	01.06.2025	Беседа. Игра на территории городского пляжа (песок)	Фото- и видеоматериалы
2	День России	10.06.2025	«Под флагом России» - турнир между командами.	Фото- и видеоматериалы
3	День памяти и скорби	16.06.2025	Беседа, участие в митингах, возложении цветов	Фото- и видеоматериалы

Правила подводящих и разминочных игр

«Муравейник»

Условия: спортивный зал, оборудование не нужно.

Время: 3-4 минуты

Ход игры: по сигналу педагога все игроки хаотично бегают по залу (забегать за границы поля и наступать на линию аута запрещено). По сигналу педагога остановиться или собраться в определенной зоне (зависит от задания педагога)

«Муравейник с мячом»

Условия: спортивный зал, мяч на каждого игрока.

Время: 6-10 минут

Ход игры: по сигналу педагога все игроки бегают из зоны «зачет» в противоположную зону «зачет», уворачиваясь от других игроков и касаясь мячом пола каждый раз, когда оказываются за линией разметки.

Метод указания: мяч на уровне груди, держать подушечками пальцев. Не допускать падения мяча, столкновений с участниками.

Возможно усложнение заданий через введение упражнений по сигналу: подбросить мяч, подбросить мяч и выполнить хлопок и т.д.

«Колдунчики»

Условия: спортивный зал, мячи по количеству колдунчиков.

Время: 1 мин на игру

Ход игры: Колдунчики встают с мячами спиной друг к другу в середине игровой зоны. Другие игроки свободно размещаются по залу. По сигналу педагога колдунчики мячами стараются осалить остальных игроков. Тот, кого осалили, должен встать, разведя руки в стороны и широко расставив ноги. Не осаленным участникам можно проползти под ногами осаленного. Не касаясь коленями пола, тогда осаленный может снова принять участие в игре.

Если хотя бы один колдунчик теряет мяч, то все осаленные «расколдовываются»

Методические указания: выбивать мяч у колдунчиков запрещено, избегать столкновений.

«Кошки-мышки»

Условия: спортивный зал, мяч на каждую пару игроков.

Время: 30'' на каждый забег.

Ход игры: По сигналу «мышка» с «сыром» (мячом) в руках начинает двигаться, постоянно меняя направление с целью оторваться от «кошки». «Кошка» преследует «мышку», стараясь повторить все движения «мышки» сохраняя дистанцию 1,5-2 метра.

Методические указания: «Кошка» должна сохранять дистанцию не пытаясь догнать, но повторить всю траекторию движения «мышки». «Мышка» выбирает бег в свободное пространство, производя ложные выпады в стороны, изменяя направления и скорость бега.

Каждый забег длится не более 30 секунд. По сигналу педагога «кошка» и «мышка» останавливаются и пасуют мяч друг другу, отдыхая, затем смена ролей.

«Охотники на вампиров»

Условия: спортивный зал, мячи по количеству участников минус количество «вампиров», комплекты тэгов на участников минус вампиров.

Время: 3-10 мин (до последнего «вампира»)

Ход игры: «Вампир» и участники игры (с мячами и тэгами) находятся по разные стороны спортивной площадки. По сигналу педагога «вампир» начинает охоту. Задача «вампира» - срывать с людей тэги, тем самым обращая их в «вампиров». «Вампиром» становится участник лишившийся всех тэгов. Став «вампиром» участник убирает мяч и начинает охотиться за оставшимися участниками.

Последний оставшийся участник (осталась хоть одна ленточка – тэг) становится «охотником за вампирами». Касанием мяча он превращает вампиров в людей. «Обращенные» берут в руки мячи и осаливают «вампиров». Игра длится до последнего «вампира».

Методические указания: мяч держать двумя руками, уклоняться от срыва тэгов вращением запрещено. При срыве тэгов держать в руках. По мере возможности передавать педагогу. Тэги защищать нельзя.

«Лидер»

Условия: спортивный зал, мячи по количеству «лидеров»

Время: до 6 минут (со сменой партеров между парами каждую минуту)

Ход игры: Распределиться по парам, на каждую пару по одному мячу. Игрок с мячом – лидер – становится первым, сзади него, на расстоянии 1,5-2 метра, располагается игрок поддержки (в «кармане»)

По сигналу пары начинают хаотично перемещаться по площадке. «Лидер» задает направление движения, а игроки поддержки, находясь сзади, должны двигаться вслед, сохраняя дистанцию. Пробежав 6-10 шагов «лидер» приземляет мяч. Игрок поддержки резко должен остановиться.

После этого происходит смена игроков.

Методические указания: мяч в двух руках, «лидер» сменят направление и скорость движения. Игрок поддержки подбирает мяч в широком шаге.

«Лидер с пасом»

То же что и «Лидер», но при сигнале педагога «лидер» разыгрывает мяч по правилам тэг-регби и занимает место игрока поддержки. перемещение с пасом игроку поддержки. При этом игрок поддержки должен выйти в «лидеры» и продолжить движение.