

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области начальная  
школа «Гармония» п.г.т.Безенчук  
муниципального района Безенчукский Самарской области

Проверено

Методист

\_\_\_\_\_ Е.В.Губанова

(подпись)

« 13 » августа 2025 г.

Утверждаю

Директор ГБОУ НШ «Гармония»

п.г.т.Безенчук

\_\_\_\_\_ В.И.Шишкина

(подпись)

Приказ № 24/40 от «15» августа 2025 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курс внеурочной деятельности **ТЭГ - РЕГБИ** Класс 3

Количество часов по учебному плану **34 в год 1 в неделю.**

Составлена в соответствии с основной общеобразовательной программой начального общего образования ГБОУ НШ «Гармония» п.г.т.Безенчук.

Программой авторской, если имеется (автор, наименование, год издания)

Направление внеурочной деятельности: **спортивно - оздоровительная**

Автор-составитель:

Астраханская О.А. – учитель физической культуры

Рассмотрена на заседании МО учителей начальных классов

(название методического объединения)

Протокол № 5 от « 13 » августа 2025 г.

Руководитель МО Астраханская О.А.

(ФИО)

\_\_\_\_\_ (подпись)

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тэг-регби» предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа разработана на основе Рабочей программы курса внеурочной деятельности «Тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования /Под ред. Н.С. Федченко, директора ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», кандидата педагогических наук.М, 2020 ( электронный вариант)

В процессе обучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по Тэг-регби на уровне района, области.

Занятия направлены на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально – волевых качеств.

**Цель программы «Тэг-регби»** - формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового и безопасного образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств регби.

**Задачами** изучения курса «Тэг-регби» являются:

- всестороннее гармоничное развитие обучающихся, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по тэг-регби;
- формирование общих представлений о тэг-регби, о его истории, возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
- формирование образовательного фундамента, культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей

направленностью, техническими действиями и приемами тэг-регби;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в образовательной и соревновательной деятельности;

- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура» средствами тэг-регби;

- популяризация тэг-регби среди обучающихся и привлечение проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям тэг-регби, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в спортивных соревнованиях;

- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

### **Место курса внеурочной деятельности в учебном плане**

На изучение курса отводится 135 часов: в 1 классе -33 часа (1 час в неделю), во 2-4 классах – 34 часа (1 час в неделю)

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Тег-регби»**

#### **1 – й год обучения**

##### **Раздел 1: Знания о тэг-регби. (2 ч.)**

История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.

Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка, занимающегося тэг-регби.

##### **Раздел 2: Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби. (3 ч.)**

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа. Основные термины тэг-регби.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

##### **Раздел 3: Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.

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

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.

#### **Раздел 4: Физическое совершенствование (12ч.)**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.

**Раздел 5: Подвижные игры (11ч.)** (без мяча и с мячом): Перестрелка», «Веселые старты», «Регбийные салки», «Салки с передачей мяча между водящими», «Салки вдвоем», «Салки втроем», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2» «Осалить конкретного игрока», «Осаль в цепи последнего», «Штандр регбийным мячом», «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач», «Ботва», «Регбийные рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3х3 по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору».

### **2-й год обучения**

#### **Раздел 1: Знания о тэг-регби (2ч.)**

История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.

Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка, занимающегося тэг-регби.

#### **Раздел 2: Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)**

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа. Основные термины тэг-регби.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

#### **Раздел 3: Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.

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

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.

#### **Раздел 4: Физическое совершенствование (14 ч.)**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.

**Раздел 5: Подвижные игры (10ч.)** (без мяча и с мячом): Перестрелка», «Веселые старты»,

«Регбийные салки», «Салки с передачей мяча между водящими», «Салки вдвоем», «Салки втроем», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2» «Осалить конкретного игрока», «Осаль в цепи последнего», «Штандр регбийным мячом», «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач», «Ботва», «Регбийные рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3х3 по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору».

### **3-й год обучения**

#### **Раздел 1: Знания о тэг-регби (2ч.)**

История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.

Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка, занимающегося тэг-регби.

#### **Раздел 2: Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)**

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа. Основные термины тэг-регби.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

#### **Раздел 3: Способы самостоятельной деятельности (5ч.)**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.

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

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.

#### **Раздел 4: Физическое совершенствование (14ч.)**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.

**Раздел 5: Подвижные игры (10 ч.)** (без мяча и с мячом): Перестрелка», «Веселые старты», «Регбийные салки», «Салки с передачей мяча между водящими», «Салки вдвоем», «Салки втроем», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2» «Осалить конкретного игрока», «Осаль в цепи последнего», «Штандр регбийным мячом», «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач», «Ботва», «Регбийные

рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3х3 по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору».

#### **4-й год обучения**

##### **Раздел 1: Знания о тэг-регби (2 ч.)**

История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.

Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка, занимающегося тэг-регби.

##### **Раздел 2: Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)**

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа. Основные термины тэг-регби.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

##### **Раздел 3: Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.

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

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.

##### **Раздел 4: Физическое совершенствование (14 ч.)**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.

**Раздел 5: Подвижные игры (10 ч.)** (без мяча и с мячом): Перестрелка», «Веселые старты», «Регбийные салки», «Салки с передачей мяча между водящими», «Салки вдвоем», «Салки втроем», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2» «Осалить конкретного игрока», «Осаль в цепи последнего», «Штандр регбийным мячом», «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач», «Ботва», «Регбийные рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3х3 по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору».

## Планируемые результаты освоения примерной рабочей программы

### *Личностные результаты:*

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

### *Метапредметные результаты:*

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

### *Предметные результаты:*

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

### *Научится:*

- 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 регби;
  - применять приёмы регби для устранения угрозы своей жизни и здоровья, а также оказания помощи товарищу

## **Ожидаемые результаты к уровню подготовленности учащихся:**

В результате изучения курса «Тег-регби» во внеурочной деятельности учащиеся должны

### ***Характеризовать***

- значение игры Тег-регби в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий тег-регби;
- правила игры тег-регби;
- технику выполнения подачи и передачи мяча, срыва тега;

### ***Уметь***

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях тег-регби;
- технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой тактические и технические контрольные упражнения (тесты);
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях тег-регби;

### ***Владеть техникой***

- техника владения регбийным мячом:
- стойки и перемещения;
- держание мяча, бег с мячом, розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча;
- финты;
- передвижения с мячом по площадке;
- передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении;
- передачи в колоннах с перемещениями;
- передача и ловля высоко летящего мяча;
- подбор неподвижного мяча, катящегося мяча.

### ***Владеть тактикой взаимодействия:***

- в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты;
- тактические действия с учетом игровых амплуа в команде;
- быстрые переключения в действиях — от нападения к защите и от защиты к нападению.



**Демонстрировать:**

**1 класс**

№ п\п	Физические способности	Контрольные упражнения	уровень					
			мальчики			Девочки		
			низки й	средн ий	высок ий	низки й	средн ий	высоки й
1.	скоростные	Бег 30 м,с	7.5	7.3-6.2	5.6	7.6	7.5- 6.4	5.8
2.	координацион ные	Челночный бег 3x10м,с	11.2	10.8- 10.3	9.9	11.7	11.3- 10.6	10.2
3.	Скоростно- силовые	Прыжки в длину с места, см	100	115- 135	155	90	110- 130	150
4.	выносливость	6-ти минутный бег,м	700	730- 900	1100	500	600- 800	900
5.	гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1	3-5	9	2	6-9	11.5
6.	силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (М) На низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (Д)	1	2-3	4	2	4-8	12

**2 класс**

№ п\п	Физические способности	Контрольные упражнения	уровень					
			мальчики			Девочки		
			низки й	средн ий	высок ий	низки й	средн ий	высоки й
1.	скоростные	Бег 30 м,с	7.1	7.0-6.0	5.4	7.3	7.2- 6.2	5.6

2.	координационные	Челночный бег 3x10м,с	10.4	10.0-9.5	9.1	11.2	10.7-10.1	9.7
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	110	125-145	165	100	125-140	155
4.	выносливость	6-ти минутный бег,м	750	800-950	1150	550	650-850	950
5.	гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1	3-5	7.5	2	6-9	12.5
6.	силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (М) На низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (Д)	1	2-3	4	3	6-10	14

### 3класс

п\п	Физические способности	Контрольные упражнения	уровень					
			мальчики			Девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	скоростные	Бег 30 м,с	6.8	6.7-5.7	5.1	7.0	6.9-6.0	5.3
2.	координационные	Челночный бег 3x10м,с	10.2	9.9-9.3	8.8	10.8	10.3-9.7	9.3
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места,см	120	130-150	175	110	135-150	160
4.	выносливость	6-ти минутный бег,м	800	850-1000	1200	600	700-900	1000
5.	гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1	3-5	7.5	2	6-9	13

6.	силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз	1	3-4	5	3	8-13	16
		(М) На низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (Д)						

#### 4класс

№ п/п	Физические способности	Контроль ные упражнения	уровень					
			мальчики			Девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	скоростные	Бег 30 м,с	6.6	6.5-5.6	5.0	6.6	6.5-5.6	5.2
2.	координационные	Челночный бег 3х10м,с	9.9	9.5-9.0	8.6	10.4	10.0-9.5	9.1
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	130	140-160	185	120	140-155	170
4.	Выносливость	6-ти минутный бег,м	850	900-1050	1250	650	750-950	1050
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	2	4-6	8.5	3	7-10	14.0
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (М) На низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (Д)	1	3-4	5	4	8-13	18

# Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Тег-регби»

1 класс

№	Наименование раздела программы. Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)	Форма проведения
<b>Знания о тэг-регби (2 ч.)</b>					
1	История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.	ОРУ на месте. Знакомство с правилами игры.	Знакомятся с правилами и историей игры. Смотрят фильм «Развитие Регби в России. Знакомятся с судейской терминологией.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
2	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных..	Правила ТБ при занятиях тег-регби. Форма и экипировка.	Запоминают ТБ при занятиях тег-регби. Расписываются в журнале инструктажей.		
<b>Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)</b>					
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	ОРУ в движении. Основные требования к личной гигиене, контролю и самоконтролю при занятиях тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
4	Понятие о спортивной этике.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления.	Демонстрируют двигательные способности.		

			Выполняют ОРУ в движении.		
5	Основные термины тэг-регби.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления с мячом в руках.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
<b>Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)</b>					
6	Подготовка места занятий.	ОРУ в движении. Разметка площадки для игры с помощью фишек.	Демонстрируют двигательные навыки. Играют в подвижные игры, подготавливающие к игре тег-регби.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
7	Выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.	ОРУ в движении. Просмотр фильма об одежде и обуви для занятий тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Играют в игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
8	Организация и проведение занятий по тэг-регби	ОРУ с мячом. Беговая разминка.	Выполняют ОРУ с мячом и беговую разминку. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
9	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби.	ОРУ с мячом. Игра «Собачки»	Выполняют ОРУ с мячом. Играют игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
10	Учебная игра	ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	Выполняют ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Физическое совершенствование (12 ч.)</b>					
11	Комплексы общеразвивающих упражнений	ОРУ в движении. Выполняют перешагивания	Выполняют ОРУ. Отрабатывают навыки	РЭШ	Практическое занятие с элементами

		препятствий с места и в ходьбе.	перешагивания с места и в движении.		теории
12	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	ОРУ с мячом. Челночный бег. Наклоны из положения сидя «Салки»	Демонстрируют двигательные способности: координационные. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
13	Беговые упражнения.	ОРУ с мячом. Беговые упражнения: бег по кругу в колонне, бег змейкой, гладкий бег на разные дистанции, многоскоки, челночный бег, бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагом, в переменном темпе.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
14	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	ОРУ с мячом. Теоретические сведения об основе технике метания.	Демонстрируют И.П. отведение руки для замаха. Тренируются в метании мяча в цель.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
15	Гимнастические упражнения.	ОРУ с мячом. Упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	Демонстрация растяжки, гибкости, кувырков.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории

16	Техника выполнения стоек и перемещений игрока.	ОРУ с мячом. Стойка игрока, перемещение по площадке.	Демонстрируют технику выполнения стоек и перемещений игрока.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
17	Техника передвижений с мячом	ОРУ с мячом.	Выполняют технические элементы передвижений с мячом. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
18	Техника выполнения передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
19	Техника ловли высоко и низко летящего мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
20	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
21	Тактические взаимодействия:	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с	Умеют демонстрировать передачу в крест.	РЭШ	Практическое занятие с элементами

	передача в крест	перемещениями.			теории.
22	Тактические взаимодействия: в парах – забегание после передачи мяча, в тройках - забегание за среднего игрока	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия в парах, тройках.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
23	Тактические взаимодействия: смещения	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: смещения.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
24	Тактические взаимодействия: линия защиты	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: линия защиты.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Подвижные игры (11ч.)</b>					
25	Подвижные игры без мяча.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
26	Эстафеты с регбийным мячом.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
27	Игра «Вышибалы	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
28	Игра «Салки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
29	Игра «Собачки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать	РЭШ	Практическое занятие с



			двигательные способности.		элементами теории.
30	Игра «Собачки 4 против 2»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
31	Игра «Салки вдвоем»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
32	Игра «Салки в четверках»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
33	Игра «Пятнашки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Тег-регби»

2 класс

№	Наименование раздела программы. Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)	Форма проведения
<b>Знания о тэг-регби (2 ч.)</b>					
1	История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России.	ОРУ на месте. Знакомство с правилами игры.	Знакомятся с правилами и историей игры. Смотрят фильм «Развитие Регби в	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории

	Судейская терминология тэг-регби.		России. Знакомятся с судейской терминологией.		
2	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных..	Правила ТБ при занятиях тег-регби. Форма и экипировка.	Запоминают ТБ при занятиях тег-регби. Расписываются в журнале инструктажей.		
<b>Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)</b>					
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	ОРУ в движении. Основные требования к личной гигиене, контролю и самоконтролю при занятиях тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
4	Понятие о спортивной этике.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.		
5	Основные термины тэг-регби.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления с мячом в руках.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
<b>Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)</b>					
6	Подготовка места занятий.	ОРУ в движении. Разметка площадки для игры с помощью фишек.	Демонстрируют двигательные навыки. Играют в подвижные игры, подготавливающие	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

			к игре тег-регби.		
7	Выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.	ОРУ в движении. Просмотр фильма об одежде и обуви для занятий тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Играют в игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
8	Организация и проведение занятий по тэг-регби	ОРУ с мячом. Беговая разминка.	Выполняют ОРУ с мячом и беговую разминку. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
9	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби.	ОРУ с мячом. Игра «Собачки»	Выполняют ОРУ с мячом. Играют игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
10	Учебная игра	ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	Выполняют ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Физическое совершенствование (14 ч.)</b>					
11	Комплексы общеразвивающих упражнений	ОРУ в движении. Выполняют перешагивания препятствий с места и в ходьбе.	Выполняют ОРУ. Отрабатывают навыки перешагивания с места и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
12	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	ОРУ с мячом. Челночный бег. Наклоны из положения сидя «Салки»	Демонстрируют двигательные способности: координационные. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
13	Беговые упражнения.	ОРУ с мячом. Беговые упражнения: бег по кругу в	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории

		колонне, бег змейкой, гладкий бег на разные дистанции, многоскоки, челночный бег, бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагом, в переменном темпе.			
14	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	ОРУ с мячом. Теоретические сведения об основе технике метания.	Демонстрируют И.П. отведение руки для замаха. Тренируются в метании мяча в цель.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
15	Гимнастические упражнения.	ОРУ с мячом. Упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	Демонстрация растяжки, гибкости, кувырков.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
16	Техника выполнения стоек и перемещений игрока.	ОРУ с мячом. Стойка игрока, перемещение по площадке.	Демонстрируют технику выполнения стоек и перемещений игрока.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
17	Техника передвижений с мячом	ОРУ с мячом.	Выполняют технические элементы передвижений с мячом. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
18	Техника выполнения	ОРУ с мячом. Передачи в	Умеют демонстрировать	РЭШ	Практическое занятие с

	передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	колоннах с перемещениями.	передачу мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.		элементами теории.
19	Техника ловли высоко и низко летящего мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
20	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
21	Тактические взаимодействия: передача в крест	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу в крест.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
22	Тактические взаимодействия: в парах – забегание после передачи мяча, в тройках – забегание за среднего игрока	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия в парах, тройках.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
23	Тактические взаимодействия: смещения	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия:	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

			смещения.		
24	Тактические взаимодействия: линия защиты	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: линия защиты.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Подвижные игры (10ч.)</b>					
25	Подвижные игры без мяча.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
26	Эстафеты с регбийным мячом.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
27	Игра «Вышибалы	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
28	Игра «Перестрелка»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
29	Игра «Собачки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
30	Игра «Собачки 4 против 2»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
31	Игра «Штандр регбийным мячом»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
32	Игра «Веселые старты»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные	РЭШ	Практическое занятие с элементами

			способности.		теории.
33	Игра «Регбийные салки»»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
34	Игра «Тег-регби 3*3	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Тег-регби»

3 класс

№	Наименование раздела программы. Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)	Форма проведения
<b>Знания о тэг-регби (2 ч.)</b>					
1	История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.	ОРУ на месте. Знакомство с правилами игры.	Знакомятся с правилами и историей игры. Смотрят фильм «Развитие Регби в России. Знакомятся с судейской терминологией.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
2	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных.	Правила ТБ при занятиях тег-регби. Форма и экипировка.	Запоминают ТБ при занятиях тег-регби. Расписываются в журнале инструктажей.		

<b>Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)</b>					
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	ОРУ в движении. Основные требования к личной гигиене, контролю и самоконтролю при занятиях тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
4	Понятие о спортивной этике.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.		
5	Основные термины тэг-регби.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления с мячом в руках.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
<b>Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)</b>					
6	Подготовка места занятий.	ОРУ в движении. Разметка площадки для игры с помощью фишек.	Демонстрируют двигательные навыки. Играют в подвижные игры, подготавливающие к игре тег-регби.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
7	Выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.	ОРУ в движении. Просмотр фильма об одежде и обуви для занятий тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Играют в игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
8	Организация и проведение занятий по тэг-регби	ОРУ с мячом. Беговая разминка.	Выполняют ОРУ с мячом и беговую разминку. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
9	Организация и	ОРУ с мячом.	Выполняют ОРУ с	РЭШ	Практическое



	прове дение подвижных игр с элементами тэг-регби.	Игра «Собачки»	мячом. Играют игру «Собачки»		занятие с элементами теории
10	Учебная игра	ОРУ с мячом. Играют в тег- регби 3*3	Выполняют ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Физическое совершенствование (14 ч.)</b>					
11	Комплексы общеразвивающих упражнений	ОРУ в движении. Выполняют перешагивания препятствий с места и в ходьбе.	Выполняют ОРУ. Отрабатывают навыки перешагивания с места и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
12	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	ОРУ с мячом. Челночный бег. Наклоны из положения сидя «Салки»	Демонстрируют двигательные способности: координационные. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
13	Беговые упражнения.	ОРУ с мячом. Беговые упражнения: бег по кругу в колонне, бег змейкой, гладкий бег на разные дистанции, многоскоки, челночный бег, бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагом, в	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории

		переменном темпе.			
14	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	ОРУ с мячом. Теоретические сведения об основе техники метания.	Демонстрируют И.П. отведение руки для замаха. Тренируются в метании мяча в цель.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
15	Гимнастические упражнения.	ОРУ с мячом. Упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	Демонстрация растяжки, гибкости, кувырков.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
16	Техника выполнения стоек и перемещений игрока.	ОРУ с мячом. Стойка игрока, перемещение по площадке.	Демонстрируют технику выполнения стоек и перемещений игрока.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
17	Техника передвижений с мячом	ОРУ с мячом.	Выполняют технические элементы передвижений с мячом. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
18	Техника выполнения передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
19	Техника ловли высоко и низко летящего мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку,	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

			снизу) стоя на месте и в движении.		
20	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
21	Тактические взаимодействия: передача в крест	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу в крест.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
22	Тактические взаимодействия: в парах – забегание после передачи мяча, в тройках – забегание за среднего игрока	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия в парах, тройках.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
23	Тактические взаимодействия: смещения	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: смещения.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
24	Тактические взаимодействия: линия защиты	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: линия защиты.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Подвижные игры (10ч.)</b>					
25	Подвижные игры без мяча.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

26	Эстафеты с регбийным мячом.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
27	Игра «Вышибалы	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
28	Игра «Перестрелка»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
29	Игра «Собачки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
30	Игра «Собачки 4 против 2»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
31	Игра «Штандр регбийным мячом»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
32	Игра «Веселые старты»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
33	Игра «Пионербол двумя регбийными мячами»»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
34	Игра «Тег-регби 3*3	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Тег-регби»**

**4 класс**

№	Наименование раздела программы. Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые образовательные ресурсы)	Форма проведения
<b>Знания о тэг-регби (2 ч.)</b>					
1	История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.	ОРУ на месте. Знакомство с правилами игры.	Знакомятся с правилами и историей игры. Смотрят фильм «Развитие Регби в России. Знакомятся с судейской терминологией.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
2	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных..	Правила ТБ при занятиях тег-регби. Форма и экипировка.	Запоминают ТБ при занятиях тег-регби. Расписываются в журнале инструктажей.		
<b>Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби (3 ч.)</b>					
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	ОРУ в движении. Основные требования к личной гигиене, контролю и самоконтролю при занятиях тег-	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

		регби.			
4	Понятие о спортивной этике.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления.	Демонстрируют двигательные способности. Выполняют ОРУ в движении.		
5	Основные термины тэг-регби.	ОРУ в движении. Бег с изменением направления с мячом в руках.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
<b>Способы самостоятельной деятельности (5 ч.)</b>					
6	Подготовка места занятий.	ОРУ в движении. Разметка площадки для игры с помощью фишек.	Демонстрируют двигательные навыки. Играют в подвижные игры, подготавливающие к игре тег-регби.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
7	Выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.	ОРУ в движении. Просмотр фильма об одежде и обуви для занятий тег-регби.	Демонстрируют двигательные способности. Играют в игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
8	Организация и проведение занятий по тэг-регби	ОРУ с мячом. Беговая разминка.	Выполняют ОРУ с мячом и беговую разминку. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
9	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби.	ОРУ с мячом. Игра «Собачки»	Выполняют ОРУ с мячом. Играют игру «Собачки»	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
10	Учебная игра	ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	Выполняют ОРУ с мячом. Играют в тег-регби 3*3	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

Физическое совершенствование (14 ч.)					
11	Комплексы общеразвивающих упражнений	ОРУ в движении. Выполняют перешагивания препятствий с места и в ходьбе.	Выполняют ОРУ. Отрабатывают навыки перешагивания с места и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
12	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	ОРУ с мячом. Челночный бег. Наклоны из положения сидя «Салки»	Демонстрируют двигательные способности: координационные. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
13	Беговые упражнения.	ОРУ с мячом. Беговые упражнения: бег по кругу в колонне, бег змейкой, гладкий бег на разные дистанции, многоскоки, челночный бег, бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагом, в переменном темпе.	Демонстрируют двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
14	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	ОРУ с мячом. Теоретические сведения об основе техники метания.	Демонстрируют И.П. отведение руки для замаха. Тренируются в метании мяча в цель.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
15	Гимнастические	ОРУ с мячом.	Демонстрация	РЭШ	Практическое

	упражнения.	Упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	растяжки, гибкости, кувырков.		занятие с элементами теории
16	Техника выполнения стоек и перемещений игрока.	ОРУ с мячом. Стойка игрока, перемещение по площадке.	Демонстрируют технику выполнения стоек и перемещений игрока.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
17	Техника передвижений с мячом	ОРУ с мячом.	Выполняют технические элементы передвижений с мячом. Играют в подвижные игры.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории
18	Техника выполнения передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
19	Техника ловли высоко и низко летящего мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
20	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу мяча двумя руками в парах (сбоку, снизу) стоя на	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.



			месте и в движении.		
21	Тактические взаимодействия: передача в крест	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать передачу в крест.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
22	Тактические взаимодействия: в парах – забегание после передачи мяча, в тройках – забегание за среднего игрока	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия в парах, тройках.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
23	Тактические взаимодействия: смещения	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: смещения.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
24	Тактические взаимодействия: линия защиты	ОРУ с мячом. Передачи в колоннах с перемещениями.	Умеют демонстрировать тактику взаимодействия: линия защиты.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
<b>Подвижные игры (10ч.)</b>					
25	Подвижные игры без мяча.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
26	Эстафеты с регбийным мячом.	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
27	Игра «Вышибалы	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
28	Игра «Перестрелка»	ОРУ в движении.	Умеют	РЭШ	Практическое

		Подвижные игры.	демонстрировать двигательные способности.		занятие с элементами теории.
29	Игра «Собачки»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
30	Игра «Собачки 4 против 2»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
31	Игра «Штандр регбийным мячом»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
32	Игра «Веселые старты»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
33	Игра «Регбийные салки»»	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.
34	Игра «Тег-регби 3*3	ОРУ в движении. Подвижные игры.	Умеют демонстрировать двигательные способности.	РЭШ	Практическое занятие с элементами теории.

# **Определение уровня технической подготовленности обучающихся 1-4**

## **классов**

(основная медицинская группа)

Контрольные упражнения по технике тег-регби для обучающихся, возраст 7-8 лет

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

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 9-11 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте, кол-во раз	Передача мяча в движении , кол-во раз	Ловля мяча после удара ногой, кол- во раз	Удары ногой по мячу с рук на точность, кол-во раз	«Слалом», сек
Девочки	2-3	2-3	2-3	2-3	24-27
Мальчики	3-4	2-3	3-4	2-3	21-22