

Средняя общеобразовательная школа № 8» города Шарыпово

Адрес: 662315, Россия, Красноярский край, город Шарыпово,
3-й микрорайон, д.32, тел. 8 (39153) 3-07-72 E-mail : maou8shkola32@mail. ru

СОГЛАСОВАНО
Педагогический совет
от «31» августа 2020 г.
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 8
Ботвинкина Т.Ю
«31» августа 2020 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«РЭГБИ»

Направленность: физкультурно-спортивная

Стартовый уровень

Возраст обучающихся: 7- 17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Тыц Владимир Эдуардович
педагог дополнительного образования

Шарыпово-2020

Блок № 1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Регби» физкультурно-спортивной направленности стартового уровня, является модифицированной и составлена на основе «Программы интегративного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби». Кулешов А.В., Бесполов Д.В.-М.: 2013г.

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.

Технические приемы, тактические действия и игра в регби таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Программа решает основные задачи физического воспитания:

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

Актуальность программы

Образовательное учреждение призвано способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей обучающихся, их самосовершенствованию, познанию и творчеству, достижению уровня спортивных успехов, двигательным способностям, профессиональному самоопределению. Но только новое вызывает интерес, поэтому мы рассчитываем, что регби, как сплав многих видов спорта, повысит интерес в целом к физической активности, здоровому образу жизни.

1.2. Методические условия реализации программы

Материал программы дается в четырех разделах:

1. Основы знаний
2. Общая физическая подготовка
3. Специальная подготовка
4. Примерные показатели двигательной подготовленности.

В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний, обучающихся о собственном организме, гигиенических требованиях, избранном виде спорта, о возможностях человека.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Специальная подготовка» представлен материал по регби, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности обучающихся.

Выполнение задач обучения зависит от подбора подводящих упражнений, четкого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, широкого использования наглядных пособий и технических средств обучения.

1.3 Цель и задачи программы

Цель программы - формирование потребности в здоровом образе жизни; в разносторонне физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; в использовании средств регби для укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

Задачи:

Обучающие:

- обучение учащихся правилам игры в тег-регби;
- применение правил игры тег-регби на практике
- сформировать начальные представления о структуре выполнения основных движений и навыков, создающих основу для обучения игры в регби;
- вооружение знаниями по истории развития регби.

Воспитательные:

- воспитание коллективизма, и взаимопомощи;
- пропаганда здорового образа жизни.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков воспитанников;
- развитие системы практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развивать потребность в регулярных занятиях спортом.

Отличительные особенности программы

Регби отличается от классического регби отсутствием касания противника во время игры. В данной игровой деятельности отсутствуют силовые элементы в отношении игрового противника. При этом игровая деятельность по решению координационных двигательных задач обеспечивает развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма. Все это говорит о целесообразности использования регби в качестве средства физического воспитания школьников. Занятия по программе «Регби» предусматривают все разделы спортивной подготовки. Умение радоваться победам и переживания возможных поражений в команде привьет обучающемуся чувство сотрудничества внутри команды, умение терпеть и ровно относиться ко всем членам его команды независимо от их характера и физических возможностей, поэтому при обучении игре в тег-регби важно также обращать большое внимание обучению правилам ведения «честной борьбы» (соблюдению техники безопасности, правил игры, достойному отношению к «слабому»).

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся от 7 до 17 лет. В данной программе принимают участие все дети без предварительного отбора, не имеющие медицинских противопоказаний. Все учащиеся два раза в год проходят врачебный контроль.

Объем программы

Программа рассчитана на 144 часа, 36 учебных недель, состоит из двух модулей: 1 модуль - 72 часа (18 недель), 2 модуль – 72 часа (18 недель). Формы организации образовательного процесса и виды занятий

Основными формами учебно-тренировочной работы в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

Учебные группы формируются из детей с разным уровнем базовых знаний и физической подготовки.

Количественный состав учебных групп до 21 человека. Численный состав группы обусловлен необходимостью обеспечения безопасности во время практических занятий.

Исходя из целей, задач, интересов и индивидуальных возможностей детей, образовательный процесс реализуется в виде комплексных тренировочно-игровых занятий, подразделяющихся на теоретические, практические и контрольные занятия.

Сроки освоения программы

Срок освоения программы 1 год. Год обучения по программе рассчитан на 36 учебных недель.

Режим и продолжительность занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 академических часа. За год – 144 часа. После каждого академического часа занятия делается перерыв 10 минут.

1.4. Содержание программы

№ раздела	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	16	16		Тест
2	Общая физическая подготовка	24		24	Нормативы
3	Специальная физическая подготовка	28		28	Нормативы
4	Технико-тактическая подготовка	40		40	
5	Подвижные игры	36		36	Соревнования
ИТОГО		144	16	128	

Содержание учебно-тематического плана Общая физическая подготовка

Понятие о физической подготовке. Задачи физической подготовки; развитие физических качеств (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость), совершенствование двигательных навыков, подготовка занимающихся к успешной сдаче нормативов. Практические занятия. Строевые упражнения. Равнение. Понятие о строе. Размыкание и смыкание строя. Основная стойка. Движение в строю шагом и бегом. Изменение темпа движения. Бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагами, в переменном темпе. Остановка. Понятия о командах.

Гимнастические упражнения

Упражнения для мышц рук, плечевого пояса, спины, шеи, ног, живота. Упражнения в различных исходных положениях на месте и в движении: круговые движения рук, отведение рук назад с пружинящими движениями, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения с набивными мячами (1-2 кг) стоя, лежа, сидя, на коленях: поднимание и опускание мяча в разных плоскостях, круговые движения, сгибания и разгибания рук, наклоны и т. д. Броски и ловля набивных мячей. Упражнения на гимнастической стенке: лазанье, подтягивание, держание угла, упражнения на растягивание связок. Упражнения с гимнастической скамейкой: приседания, прыжки, отжимания; упражнения для мышц брюшного пресса и спины. Упражнения со скакалкой, на канате, с отягощением (в том числе с партнером на плечах), на гимнастических снарядах (отжимания, размахивание, соскоки. Прыжки через гимнастического коня и козла. Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие дистанции (30, 60, 100 м). Повторный, интервальный бег. Бег по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий (канавы, овраги, горы). Прыжки в длину и в высоту. Тройной прыжок с места и с разбега. Пятёрные и десятерные прыжки на одной ноге и со сменой ног. Метание гранаты, копья. Бег по песку, по воде, по снегу. Легкоатлетические эстафеты.

Подвижные игры

Игры без мяча: "Два лагеря", "День и ночь", "Салки", "Рыбаки и рыбки", "Мышеловка", "Удочка", "Не зевай", "Бездомный заяц", "Петушиная атака". Игры с мячом: "Морской бой", "Борьба за мяч", "Защита крепости", "Мяч с 4-х сторон", "Охотники и утки", "Мяч капитану". Эстафеты с мячом и без мяча. С ведением и передачами мячей, преодоление препятствий, бросками и т. д.

Акробатические упражнения

Кувырки вперед и назад, одиночные и сериями. Перевороты вправо и влево, с места и с разбега, с вальсетами. Кувырки с прыжком через препятствия после полета. Сальто с подкидного мостика в яму с поролоном. Стойки на голове, стойки на руках и у стенки. Перевороты и кульбиты на матах и на полу. Эстафеты с акробатическими упражнениями. Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты: бег, старты из различных исходных положений (стоя, в приседе, наклонившись, боком, спиной вперед, на коленях, сидя, лежа) на дистанции 5, 10, 15м, бег с ускорением по заданию, бег спиной вперед на 10, 30м, скоростной бег с изменением направления, челночный бег на дистанции 10, 15м, бег с переменной скоростью, повторный бег на 30, 60 м, бег по заданию (с ускорениями, остановками, рывками), проведение различных эстафет (отрезка 5-20 м, паузы между 2-5 повторными стартами одного занимающегося 20-40 сек.).

Упражнения для развития прыгучести: приседания (и с отягощениями), выпрыгивания из приседа, многоскоки на одной и двух ногах (вперед, боком,

спиной вперед), прыжки в глубину с последующим рывком-ускорением, доставание высоких предметов в прыжке (веток деревьев, баскетбольный щит), прыжки со скакалкой, подскоки, эстафеты.

Упражнения для развития силы и быстроты мышц, участвующих в бросках мяча: броски набивного мяча одной рукой от плеча, прямой рукой сверху, сбоку и снизу, броски набивного мяча двумя руками от груди, из-за, снизу, через спину назад. Метания теннисного мяча с места и с разбега, в прыжке – на дальность.

Упражнения с мячом: дриблинг без зрительного контроля за мячом, жонглирование 2-3 мячами, игры - футбол, волейбол, баскетбол, регби; подвижные игры - "Мяч в воздух", "Живая цель", "Кто дальше", "Перестрелка", "Догони мяч", эстафеты. Техника игры в регби.

Понятие о технике игры

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

Практические занятия

Техника нападения. Стойка нападающего, перемещения без мяча, бег с измененном направления и скорости, передвижения приставными шагами (боком, вперед-назад), остановка шагом, прыжком, повороты на месте и в движении, сочетание передвижений, остановок, поворотов, выходы на передачи. Передачи мяча одной рукой от плеча на месте и в движении, и прыжке. Передача мяча согнутой и прямой рукой сверху, сбоку, снизу. Передача мяча на разной высоте и с разной силой. Передача мяча с отскоком от площадки. Скрытые передачи. Кистевая передача, передача без замаха. Откидки мяча.

Ловли мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке, после отскока от площадки. Обратный пас. Ловля мяча на скорости: при встречном движении, под углом, летящего со спины. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча с сопротивлением противника. Выбрасывание и ловля мяча после бокового и углового бросков. Ведение мяча на месте, в движении: со средним, высоким и низким отскоком, ведение правой, левой рукой и переменное ведение, ведение с изменением направления и остановками, ведение мяча с обводкой и укрыванием мяча корпусом, ведение с сопротивлением, ведение и передача мяча, ловля с переходом на ведение мяча. Удар мяча по воротам. Бросок согнутой рукой от плеча-с места, с разбега, в прыжке, согнутой и прямой рукой сбоку и сверху. Семиметровый штрафной бросок. Бросок с места и с хода с падением. Бросок без замаха. Бросок после ловли: на месте, в движении, в прыжке. Свободный бросок. Бросок с угла: с выпрыгиванием, с падением, перекидка. Эстафеты с бросками.

Финты

Финты без мяча - ускорения, повороты, остановки, рывки, прыжки, выпады. Обучение одношажным, двухшажным, трехшажным финтам. Финты с мячом. 14 Обыгрывание защитника вправо и влево. Ложные движения на передачу, бросок, проход. Финты с поворотом.

Техника защитника

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

Тактика игры в регби

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

Практические занятия

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

Тактика защиты

Основные принципы защиты. Расстановка, функции защитников. Индивидуальная тактика защитника: занятие позиции, перемещения, опека нападающего без мяча, опека нападающего с мячом, перехваты мяча, блокирование бросков, блокирование бросающей руки, "связывание" нападающего, освобождение от заслона, пересечение траектории полета мяча. Групповые действия: "разбор" игроков, смена подопечных, переключение защитников, подстраховка, групповое блокирование, взаимодействия с вратарем, действия в меньшинстве. Командные действия: персональная защита в зоне свободных бросков, зонная защита 6-0, 5-1, комбинированная защита 5+1, защита при численном неравенстве. 15 Защита при контратаке. Защита против различных систем нападения. Учебные односторонние двухсторонние игры.

Контрольные игры и соревнования по регби

Проводятся согласно плану работы объединения и календарному плану спортивных мероприятий. Выполнение контрольных упражнений по физической

подготовке, технике игры. Контрольные испытания целесообразно проводить в начале и в конце основных (зимнего и летнего) периодов. Кроме установленных нормативов, в заключение соревновательного периода учащиеся должны выполнить следующие технические приемы: передача и ловля мяча в движении, броски мяча на дальность, ведение мяча с препятствиями, участие в контрольной игре с исполнением рекомендованных функций (нападающего, защитника).

Учебно–тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
МОДУЛЬ 1					
1.	Теоретическая подготовка	16	16		
1.1	Теоретическая подготовка. Знать регби как вид спорта и дисциплины регби.	2			
1.2	Правила игры в регби. Состав команды. Экипировка игроков.	2			Тест
1.3	Теория регби. Расположение игроков по амплуа от стандартных положений:схватка, коридор,«рак», «мол».	2			
1.4	Теория регби.	2			
	Расположение игроков по амплуа от стандартных положений:схватка, коридор,«рак», «мол».	2			
1.5	Требования безопасности	2			Тест
1.6	Подготовка как	2			

	занятиям выбранным видом регби.				
1.7	Правила по технике безопасности во время занятий ТЕГ-РЕГБИ.	2			
1.8	Основные требования к выбору места для проведения занятий по регби (тег-регби, тач-регби). Правила по подготовке места и выбору одежды и обуви для занятий по различным видам регби.	2			
2.	Общая физическая подготовка	24		24	
2.1	Силовая подготовка			2	Нормативы
2.2	Челночный бег.			2	
2.3	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики			2	
2.4	Развитие скоростно-силовых качеств средствами легкой атлетики			2	
2.5	Развитие скоростной выносливости			2	
2.6	Развитие общей выносливости			2	
2.7	Развитие общей выносливости			2	
2.8	Подвижная игра с элементами регби. Развитие скоростной выносливости			2	

2.9	Развитие скоростных качеств координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола			2	
2.10	Развитие скоростных качеств и координации: подвижные игры с элементами гандбола, баскетбола			2	
2.11	Двусторонние подвижные игры с элементами регби. Развитие выносливости			2	
2.12	Силовая подготовка				Нормативы
3.	Специальная физическая подготовка	28		28	
3.1	Силовая подготовка.			2	Нормативы
3.2	Подтягивание на высокой перекладине			2	Нормативы
3.3	Подтягивание на высокой перекладине			2	Нормативы
3.4	Отжимание от пола			2	Нормативы
3.5	Отжимание от пола			2	Нормативы
3.6	Поднимание туловища за 1 мин.			2	Нормативы
3.7	Поднимание туловища за 1 мин.			2	Нормативы
3.8	Прыжки в скакалку за 1 мин			2	Нормативы
3.9	Прыжки в скакалку за 1 мин			2	Нормативы
3.10	Силовая подготовка.			2	Нормативы

3.11	Подвижная игра с элементами регби.			2	
3.12	Подвижная игра с элементами регби.			2	
3.13	Подвижная игра с элементами регби.			2	
3.14	Подвижная игра с элементами регби.			2	Соревнования
МОДУЛЬ 2					
4.	Технико-тактическая подготовка	40		40	
4.1	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений.			2	
4.2	Расположение игроков по амплуа. Виды передвижений.			2	
4.3	Простейшие передвижения в атаке:кресты, забегания, смещения.			2	
4.4	Простейшие передвижения в атаке:кресты, забегания, смещения.			2	
4.5	Элементы защиты: иметь представление о формировании линии защиты.			2	
4.6	Элементы защиты: иметь представление о формировании линии защиты.			2	

4.7	Обучить передаче мяча на короткой и средней дистанции на месте и в движении. Игра 4×4			2	
4.8	Обучить передаче мяча на короткой и средней дистанции на месте и в движении. Игра 4×4			2	
4.9	Закрепить технику передвижений различными способами в атаке и защите в подвижных играх			2	Нормативы
4.10	Закрепление передачи мяча. Учебная игра			2	Нормативы
4.11	Совершенствовать передачу мяча «короткий» пас, «средний пас», прием передачи мяча.			2	
4.12	Закрепление групповых тактических взаимодействий: в нападении: кресты, забегания, смещения; в защите: построение линии защиты.			2	Нормативы
4.13	Закрепление изученных элементов в учебной игре 3×3, 4×4			2	Нормативы

4.14	Техника владения мячом: подбор неподвижного мяча с земли, катящегося мяча, на игрока по земле, катящегося мяча от игрока по земле.			2	
4.15	Закрепление группового тактического взаимодействия в нападении и защите.			2	Нормативы
4.16	Закрепление технико-тактические взаимодействий. Учебная игра			2	Нормативы
4.17	Развитие быстроты, координации, силы, ориентировке в пространстве: стойки и перемещения; передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями			2	
4.18	Отработка изученных элементов в учебной игре 5×5			2	
4.19	Отработка изученных элементов в учебной игре 5×5			2	
4.20	Отработка изученных элементов в учебной игре 5×5			2	Нормативы
5.	Подвижные игры	36		36	

5.1	Подвижная игра "Два лагеря"			2	
5.2	Подвижная игра "Два лагеря"			2	Соревновани я
5.3	Подвижная игра "День и ночь"			2	
5.4	Подвижная игра "День и ночь"			2	Соревновани я
5.5	Подвижная игра "Салки"			2	
5.6	Подвижная игра "Салки"			2	
5.7	Подвижная игра "Салки"			2	Соревновани я
5.8	Подвижная игра "Рыбаки и рыбки"			2	
5.9	Подвижная игра "Рыбаки и рыбки"			2	Соревновани я
5.10	Подвижная игра "Борьба за мяч"			2	
5.11	Подвижная игра "Борьба за мяч"			2	
5.12	Подвижная игра "Борьба за мяч"			2	Соревновани я
5.13	Подвижная игра " " Мяч с 4-х сторон"			2	
5.14	Подвижная игра " " Мяч с 4-х сторон"			2	Соревновани я

1.5 Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В результате освоения дополнительной общеразвивающей программы «Регби» физкультурно-спортивной направленности базового уровня обучающимися должны быть достигнуты следующие 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 во 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 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.

Блок № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

2.1 Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы материально-техническое оснащение спортивного зала и информационное обеспечение учебного процесса.

Занятия проводятся в спортивном зале и актовом зале. Спортивный зал соответствует требованиям противопожарной безопасности, производственной санитарии и гигиены труда. В спортивном зале есть спортивный инвентарь и спортивное оборудование.

Для проведения занятий в актовом зале в наличии имеется музыкальный центр, колонки, фотоаппарат. Актовый зал оснащён мультимедийным оборудованием. Есть выход в Интернет.

Кадровое обеспечение: занятия проводит педагог с высшим педагогическим образованием, специализация – учитель физической культуры. Первая квалификационная категория.

2.2 Формы аттестации и контроля

Во время работы по программе используются следующие формы контроля: игра (участие и самостоятельная организация), тестирование, соревнования, практическая работа, анализ, наблюдение в процессе практической деятельности.

Отслеживание результативности осуществляется методами педагогической диагностики, включает оценку знаний, практических умений и навыков, достижений детей.

Важным звеном управления подготовкой юных спортсменов является система педагогического контроля, благодаря которой можно оценить эффективность избранной направленности тренировочного процесса, того или иного принятого решения. С помощью педагогического контроля определяются сильные и слабые стороны в подготовке юных спортсменов. Он используется для оценки эффективности средств и методов тренировки.

2.3 Оценочные материалы

Контрольное тестирование должно проводиться в процессе тренировки на протяжении 1-2 недель за 1-1,5 недели до соревнований.

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 7-10 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте	Передача мяча в движении	Ловля мяча после удара ногой	Удары ногой по мячу с рук на точность	«Слалом» Секунды
Девочки	3-5	3-4	3-5	4-5	26-29
Мальчики	5-6	4-5	5-6	5-6	25-26

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 11-12 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте	Передача мяча в движении	Ловля мяча после удара ногой	Удары ногой по мячу с рук на точность	«Слалом» Секунды
Девочки	5-6	3-5	5-6	4-5	24-27
Мальчики	7-8	5-6	6-7	5-6	21-22

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 13-14 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте	Передача мяча в движении	Ловля мяча после удара ногой	Удары ногой по мячу с рук на точность	«Слалом» Секунды
Девушки	7	5-6	5-6	4-5	23-24
Юноши	7-8	7-8	7-8	7-8	19-21

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 15-17 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте	Передача мяча в движении	Ловля мяча после удара ногой	Удары ногой по мячу с рук на точность	«Слалом» Секунды
Девушки	7-8	6-7	7-8	6-7	19-22
Юноши	8-9	8-10	8-10	8-9	18-20

Контрольные упражнения

Возраст	Мальчики				
	20 м (сек)	30 м (сек) с/вед	Прыжки с места (см)	Броски в цель (кол-во)	Высота подскока (см)
7	4,4	6,8	140	1	20

8	4,3	6,5	145	2	24
9	4,2	6,3	150	3	28
10	4,1	6,0	155	4	32
11	4,0	5,8	160	5	36
12	3,9	5,5	175	6	40
13	3,8	5,3	190	7	44
14	3,7	5,1	205	8	48
15	3,6	4,9	225	9	53
16	3,5	4,6	240	10	60
Девочки					
7	4,5	7,4	130	1	12
8	4,4	7,1	135	2	16
9	4,3	6,8	140	3	20
10	4,2	6,5	145	4	24
11	4,1	6,3	150	5	30
12	4,0	6,1	165	6	36
13	3,9	5,8	175	7	40
14	3,8	5,5	185	8	43
15	3,8	5,4	190	8	45
16	3,7	5,2	200	9	47

2.4. Методические материалы

В процессе обучения по данной образовательной программе используются следующие основные методы и формы обучения: *объяснительно-иллюстративный*: беседа, рассказ, лекция; *репродуктивный*: практические занятия; *интерактивный*: экскурсии; *проблемно-поисковый*: анализ конкретных ситуаций; *игровой*: соревнование, подвижные игры; в воспитании - (по Г.И.Щукиной) - методы формирования сознания личности, методы организации деятельности формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности.

Методическое обеспечение по данной образовательной программе включает в себя следующие компоненты:

1) методические разработки и конспекты занятий на темы:

- ✓ методические разработки по темам на 1 год обучения.

2) дидактический и раздаточный материалы:

- ✓ комплект разработок по темам;
- ✓ плакаты по темам;
- ✓ видеоматериалы.

3) описание практических работ:

- ✓ выступление на соревнованиях;
- ✓ поиски информации из интернет-источников;
- ✓ анализ соревновательной деятельности.

4) комплект психолого-педагогической диагностики:

- ✓ психологические методики на развитие личности;
- ✓ игры для отслеживания образовательных результатов программы;
- ✓ тесты по развитию физических качеств. Система средств научной организации *Педагогическая диагностика*:

1. Листы аттестации 1 уч.года.

2. Листы фиксации оценки знаний и результатов практической деятельности.

Видеотека:

Видеозаписи тренировок и соревнований ведущих регбистов мира.

2.5. Список литературы:

Литература для педагога

1. Башкиров В.Ф. Профилактика травм у спортсменов. - М.: ФиС, 1987.
2. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. – М.: ФиС, 1991.
3. Варакин В.А. Предсоревновательная подготовка квалифицированных регбистов: дис. канд. пед, наук. – М., - 1983.
4. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: дис. ... д-ра, пед, наук. – М., 1981
5. Иванов В.А. Интегральная подготовка в структуре тренировочного процесса квалифицированных регбистов: дис. канд. пед. наук. – М., - 2004 г.
6. Кирияк Р. Мини-регби. – М.: ФиС, 1976. – 110с.
7. Кулешов А.В., Бесполов Д.В. Программа интегративного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби.- М.: 2013г.

8. Пулен Р. Регби игра и тренировка. – М.: ФиС, 1978.
9. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте. – М., Спортакадемпред, 2000 г.
10. Тимошенко А.А. 40 уроков регби. – М., 1986 г.

Литература для обучающихся

1. Кирияк Р. Мини-регби. – М.: ФиС, 1976. – 110с.
2. Кулешов А.В. Правила регби за 5 минут. – М. Спорт в школе №5 (455), 2009 г.
3. Кун Л. "Всеобщая история физической культуры и спорта".

Интернет-источники

1. www.minsport.gov.ru Министерство спорта РФ
2. <https://yandex.ru/> Минобрнауки РФ
3. <http://www.russianrugby.ru/> Русское регби