

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 ИМЕНИ М.А. ПОГОДИНА»**

Рассмотрена на заседании
методического объединения
протокол
от «29» августа 2024 г. № 1

Принята на заседании
методического совета
протокол
от «29» августа 2024 г. № 1

Утверждена приказом
МАОУ СОШ № 1
им. М.А. Погодина
от «30» августа 2024 г. № 248

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО
КУРСА**

Тег регби

34 часа.

1год

срок реализации

Разработчик:
Михайлова Е.А.,
учитель физической культуры

ЗАО Александровск

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ТЕГ-РЕГБИ»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При изучении модуля по тэг-регби на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия в достижении общих целей при совместной деятельности в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби на принципах доброжелательности и взаимопомощи;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями и в различных (нестандартных) ситуациях и условиях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

осознание значимости ценностей регби: единство, солидарность, уважение, дисциплина, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

способность самостоятельного принятия решений и командного игрового взаимодействия;

способность принимать и осваивать социальную роль обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности, стремление к познанию и творчеству, эстетическим потребностям;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;

понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При изучении модуля по тэг-регби на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

восприятие тэг-регби как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и асоциального поведения;

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий по тэг-регби;

определение общей цели и путей ее достижения, умение договариваться о распределении функций в учебной, игровой и соревновательной деятельности, по тэг-регби; умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, определять наиболее эффективные способы достижения результата в учебной и игровой деятельности;

способность организации самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; оддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий тэг-регби для профилактики психического и физического утомления.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При изучении модуля по тэг-регби на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

знания истории и развития регби, их положительного влияния на укрепление мира и дружбы между народами;

понимание значения занятий тэг-регби как средства укрепления здоровья, закаливания, воспитания физических качеств человека и профилактикой вредных привычек; способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения различной направленности;

способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, объективно оценивать их;

способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре и тэг-регби, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

способность осуществлять судейство соревнований по тэг-регби, владеть информационными жестами судьи;

способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для физической подготовки регбиста;

умение выполнять физические упражнения для развития физических качеств, освоения технических действий в тэг-регби, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

приобретение навыков безопасного поведения во время занятий тэг-регби, правил личной гигиены, знание требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю регбиста;

способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание основ организации самостоятельных занятий тэг-регби со сверстниками, организации и проведения со сверстниками подвижных игр средствами тэг-регби;

умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений уровня физической подготовленности в тэг-регби;

способность осуществлять судейство соревнований по тэг-регби, владеть информационными жестами.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Знания о тэг-регби. История регби. Техника безопасности на занятиях тэг-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. Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби. Правила подбора физических упражнений регбиста. Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста. Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа.

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

Способы самостоятельной деятельности. Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби. Организация и проведение занятий по 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. Составление планов и самостоятельное проведение занятий по тэг-регби. Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби. Физическое совершенствование.

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

Индивидуальные технические действия.

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.

Тактические 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. Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Знания о тэг-регби	4	
2	Способы самостоятельной деятельности	10	
3	Физическое совершенствование	20	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		
		Всего	Теоретические работы	Практические работы
1	Правила подбора физических упражнений регбиста. Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста	1	1	
2	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка занимающегося тэг-регби. Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	1	1	
3	Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа	1		1
4	Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби. Организация и проведение занятий по тэг-регби.	1	1	
5	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	1		1
6	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	1		1
7	Оценка техники осваиваемых упражнений	1		1
8	Способы выявления и устранения технических ошибок.	1		1
9	Составление планов и самостоятельное проведение занятий по тэг-регби.	1		1
10	Проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	1		1
11	Тестирование уровня физической	1		1

	подготовленности в тэг-регби.			
12	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	1		1
13	Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.	1		1
14	Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.	1		1
15	Индивидуальные технические действия	1		1
16	Техника владения регбийным мячом	1		1
17	Стойки и перемещения	1		1
18	Держание мяча, бег с мячом	1		1
19	Розыгрыш мяча	1		1
20	Прием мяча, подбор и приземление мяча	1		1
21	Передвижения с мячом по площадке	1		1
22	Передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении	1		1
23	Передачи в колоннах с перемещениями	1		1
24	Передача и ловля высоко летящего мяча	1		1
25	Подбор неподвижного мяча, катящегося мяча	1		1
26	Тактические взаимодействия: в парах, в тройках.	1		1
27	Тактические взаимодействия: кресты, забегания, смещения, линия защиты	1		1
28	Тактические действия с учетом игровых амплуа в команде	1		1
29	Быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.	1		1
30	Учебные игры в тэг-регби по	1		1

	упрощенным правилам.			
31	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1		1
32	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1		1
33	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1		1
34	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1		1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	31

