МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МБОУ Школа № 33 г.о. Самара

РАССМОТРЕНО	ПРОВЕРЕНО	УТВЕРЖДЕНО
на ШМО учителей ООО Протокол № 1 28.08.2026 г.	Заместитель директора по УВР _____А.В. Корнева 28.08.2026 г.	И.о. директора МБОУ Школы № 33 г.о. Самара _____Е.И. Грачёва Приказ № 277- од от 01.09.2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Спортивный клуб: регби»

для обучающихся 6-9 классов

Программу составил: Джумаева Г.М
В неделю: 1 час
В год: 34 часа

САМАРА, 2026

Пояснительная записка

Модуль «Тэг-регби» (далее – модуль по тэг-регби, тэг-регби, регби) на уровне основного общего образования разработан с целью оказания методической помощи учителю физической культуры в создании рабочей программы по физической культуре с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения.

Тэг-регби способствует формированию здорового образа жизни обучающихся, знакомит их с новым для многих видом спорта регби в адаптированном бесконтактном и не травмоопасном варианте, дает возможность ребёнку выбрать для себя путь развития в командном виде спорта. Занятия тэг-регби обеспечивает постоянную двигательную активность.

Тэг-регби позволяет избирательно решать задачи обучения: в основе начального обучения лежит игровая деятельность с элементами регби (игровые упражнения, эстафеты, игры), осуществляется общая физическая подготовка обучающихся с включением элементов тэг-регби, физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа. Алгоритм обучения тэг-регби делает возможным в минимальные сроки научиться играть в тэг-регби, что позволяет комплексно воздействовать на широкий спектр физических, личностных качеств и социальных функций занимающихся.

Целью изучения модуля по тэг-регби является 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 модуля по 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 физической культуре 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 и роль модуля по тэг-регби.

Учебный материал по тэг-регби доступен для освоения всеми обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях.

В содержании модуля по тэг-регби специфика регби сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры). Интеграция модуля по тэг-регби поможет обучающимся в освоении образовательных программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к сдаче норм ГТО и участии в спортивных соревнованиях.

Модуль по тэг-регби может быть реализован в следующих ***вариантах:***

- при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по тэг-регби с выбором различных элементов тэг-регби с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся;
- в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся (при организации и проведении уроков физической культуры с 3-х часовой недельной нагрузкой рекомендуемый объём в 5, 6, 7, 8, 9-х классах – по 34 часа);
- в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта (рекомендуемый объём в 5, 6, 7, 8, 9-х классах – по 34 часа).

Содержание модуля по тэг-регби

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.

Планируемые результаты

Содержание модуля по тэг-регби направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

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 в различных (нестандартных) ситуациях и условиях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- осознание значимости ценностей регби:

- динство, 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 ассоциального 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;
- поддержание 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 судьи.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о тэг-регби.					
1.1	Знания о тэг-регби. История регби.	4	0	4	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
Итого по разделу		**4**			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Организация и проведение занятий по тэг-регби.	1	0	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
2.2	Составление планов и самостоятельное проведение занятий по тэг-регби.	1	0	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
2.3	Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.	2	2	0	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
Итого по разделу		**4**			
Раздел 3. Способы самоконтроля за физической нагрузкой.					
3.1	Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	1	0	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
Итого по разделу		**1**			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
1.1	Комплексы подготовительных и	2	0	2	РЭШ

	специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.				https://resh.edu.ru/subject/
1.2	Техника владения регбийным мячом	5	0	5	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
1.3	Тактические взаимодействия	5	0	5	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
1.4	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	7	3	4	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
1.10	Участие в соревновательной деятельности.	6	6	0	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/
Итого по разделу		**25**			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		**34**	**11**	**23**	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
МОДУЛЬ «ТЭГ- РЕГБИ»
5КЛАСС (34 ч)

№ занятия	Тема занятия	Количество часов				
		Теория	Практика	Аудиторное	Вне-аудиторное	Итого
1	**Знания о тэг-регби.** История регби.	1				1
2	Развитие регби в России. Правила игры в тэг-регби.	1				1
3	Судейская терминология тэг-регби. Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.	1				1
4	Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Техника безопасности на занятиях тэг-регби.	1				1
5	**Способы самостоятельной деятельности** Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби. Организация и проведение занятий по тэг-регби.				1	1
6	Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Составление планов и самостоятельное проведение занятий по тэг-регби.				1	1
7	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби во время активного отдыха и каникул.				1	1
8	Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.				1	1
9	**Способы самоконтроля за физической нагрузкой**. Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби. Форма и экипировка занимающегося тэг-регби. Комплексы подготовительных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби				1	1
10	**Физическое совершенствование** Комплексы специальных упражнений,		1			1

	формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби					
11	Комплексы специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби		1			1
12	Стойки и перемещения. Держание мяча, бег с мячом. Розыгрыш мяча.		1			1
13	Розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча. Передвижения с мячом по площадке, финты.		1			1
14	Передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении		1			1
15	Передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении		1			1
16	Передачи в колоннах с перемещениями. Передача и ловля высоко летящего мяча. Подбор неподвижного мяча, катящегося мяча		1			1
17	Тактические взаимодействия в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты		1			1
18	Тактические взаимодействия в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты		1			1
19	Тактические действия с учетом игровых амплуа в команде		1			1
20	Тактические действия с учетом игровых амплуа в команде		1			1
21	Быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению		1			1
22	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
23	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
24	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
25	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
26	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
27	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
28	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам		1			1
29	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
30	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
31	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
32	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
33	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
34	Участие в соревновательной деятельности.		1			1
Итого		**4**	**25**		**5**	**34**

			1			1

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Федеральная образовательная программа основного общего образования .

Физическая культура. Модули по видам спорта

https://sudact.ru/law/prikaz-minprosveshcheniia-rossii-ot-18052023-n-372/federalnaia-obrazovatelnaia-programma-nachalnogo-obshchego/iii/168

Федеральная рабочая программа основного общего образования «Физическая культура утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 18 мая 2023 г. № 370

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2024/11/13/rabochaya-programma-vneurochnoy-deyatelnosti-teg-regbi

https://infourok.ru/rabochaya-programma-teg-regbi-nok-dop-2024-2025g-7299892.html

https://ssh-ankudin.nnov.eduru.ru/media/2024/12/19/1320823468/Rabochaya_programma_Te_g-regbi.pdf