

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Красноармейская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена  
на заседании школьного  
методического объединения  
учителей начальных классов  
\_\_\_\_\_ Е.В. Марышева  
Протокол № 1  
от 28.08.2024 г.

Принята  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 2  
от 29.08.2024г.

Утверждена  
приказом директора  
\_\_\_\_\_ Л.В.Гришина  
Приказ № 339  
от 30.08.2024 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности  
«ТЭГ-РЕГБИ»  
для 4 классов  
на 2024-2025 учебный год  
количество часов - 34

Программу составила: Савина Дарья Михайловна  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории

Рабочая программа по учебному курсу «Тэг-регби» для 4 классов разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

п. Красноармейский, 2024г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Тэг-регби» разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закона Российской Федерации от 25.10.1991г. №1807-1 «О языках народов Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287;
- Федерального закона «О внесении изменений в статьи 11 и 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 03.08.2018 № 317-ФЗ (последняя редакция);
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115;
- Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, (далее - СанПиН 2.4.2.364820);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 № 2.;
- Письма Минпросвещения от 03.03.2023 № 03-327 «О направлении информации» (Методические рекомендации по введению федеральных основных общеобразовательных программ);
- Письма Министерства просвещения РФ № ТВ-2859/03 от 21.12.2022 г. «Об отмене методических рекомендаций о введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся образовательных учреждений»;
- Письма Министерства просвещения РФ № ТВ-1290/03 от 05.07.2022 г. «Методические рекомендации об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС начального и основного общего образования»;
- Устава школы;
- Приказа МБОУ Красноармейской СОШ № 339 от 30.08.2024г.

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ»

Гармоничное воспитание молодого поколения, оздоровление нации являются приоритетными направлениями социальной политики Российской Федерации.

В настоящее время реализуется комплекс мер, направленных на систематическое обновление содержания общего образования, в том числе создание условий для обеспечения высокого качества преподавания предмета «Физическая культура», повышения его образовательного, воспитательного и *оздоровительного потенциала* на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества.

На современном этапе наиболее актуальной задачей становится разработка новых эффективных подходов к физическому воспитанию обучающихся, которые позволили бы повысить интерес к систематическим занятиям физической культурой и формированию здорового образа жизни.

В этой связи, важным направлением в области физического воспитания подрастающего поколения является внедрение спортивно-ориентированных форм обучения, внедрения в образовательный процесс средств различных видов спорта, в частности регби.

Модернизация процесса физического воспитания может быть основана на современных развивающих подходах к организации спортивно-ориентированного физического воспитания на основе популярных у обучающихся видов спорта, таких как регби. В образовательных организациях в целях массового обучения регби целесообразно использовать его разновидность – тэг-регби («бесконтактное регби»).

Преимуществом для выбора спортивной игры тэг-регби является то, что в процессе обучения элементам регби возможность травмирования обучающихся снижена до минимума. Высокая степень организации и согласованности действий игроков, многофункциональность игровой деятельности обеспечивает развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма. Кроме того, тэг-регби вошло в программу всероссийских Президентских спортивных игр школьников. Все это говорит о целесообразности использования тэг-регби в качестве средства физического воспитания в общеобразовательных организациях.

## **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ»**

**Цель модуля** - формирование физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации с использованием средств регби для укрепления и сохранения собственного здоровья, профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

### **Задачи модуля:**

1. Формирование навыков здорового образа жизни средствами тег-регби.
2. Развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков для игры в тэг-регби.
3. Укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения и воспитание гармонично развитой личности, нацеленной на многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности.
4. Воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности средствами тэг-регби.
5. Популяризация вида спорта тег-регби среди детей и молодежи.
6. Вовлечение большого количества занимающихся тэг-регби.

Преимущество Модуля состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии:

- решают комплекс основных задач физического воспитания на ступени начального, основного общего образования;

- создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся.

- являются действенным средством укрепления здоровья обучающихся и подростков в общеобразовательной организации;
- формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях;
- расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе тэг-регби.

## **МЕСТО МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Согласно учебному плану учебный курс «Тэг-регби» является предметом части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа учебного курса «Тэг-регби» изучается в объёме 1 час в неделю в течение учебного года. Всего на освоение программы отводится 34 часа (1 час в неделю, 34 учебных недели).

Содержание Модуля расширяет и дополняет знания полученные в результате освоения примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального, основного общего образования.

Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал в разных частях урока по физической культуре с выбором различных технических элементов тэг-регби с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ»**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) образовательный Модуль «Тэг-регби», направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **Личностные результаты освоения предмета физической культуры**

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения Модуля. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий по тэг-регби, с учетом индивидуальных особенностями физического развития и физической подготовленности;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби;

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия по тэг-регби, принимать участие в их организации и проведении;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время занятий тэг-регби, а также в учебной и игровой деятельности.

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий в тэг-регби, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

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

#### **Метапредметные результаты освоения физической культуры**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

#### **Метапредметные результаты:**

- восприятие вида спорта «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;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

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

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий тэг-регби для профилактики психического и физического утомления.

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

- владение двигательными действиями и физическими упражнениями тег-регби и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### **Предметные результаты освоения модуля**

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения Модуля и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по тэг-регби.

#### **Предметные результаты**

- знания истории и развития регби, олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте занятий тэг-регби в организации здорового образа жизни.

- способность организовывать самостоятельные занятия по тег-регби, направленные на формирование телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения различной направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

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

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре и тег-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;

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

## **СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ТЕГ - РЕГБИ» (БЕСКОНТАКТНОЕ)**

### **РАЗДЕЛ 1. 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 тег-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.

### **РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ 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 тег-регби.

### **РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тег-регби. для и совершенствования технических действий игрока.

Подвижные игры (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» «Осальить 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».

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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
<b>Раздел 1. Знания о тэг-регби</b>	
История регби. Техника безопасности на занятиях тэг-регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тег-регби.	<p><i>Знать</i> историю развития регби в мире и России.</p> <p><i>Выявлять</i> успехи российских регбистов на мировой арене.</p> <p><i>Знать</i> параметры полей, площадок и их оборудование для занятий и соревнований по регби</p> <p><i>Уметь</i> демонстрировать жесты судей по тэг-регби.</p> <p><i>Применять</i> правила соревнования и судейскую терминологию в самостоятельных занятиях тэг-регби.</p>
Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Гигиена, и самоконтроль при занятиях тэг-регби.	<p><i>Знать и соблюдать технику безопасности</i> во время занятий тэг-регби.</p> <p><i>Применять</i> самоконтроль при занятиях тэг-регби.</p>
Правила подбора физических упражнений в тег-регби. Комплексы упражнений для развития различных физических качеств тег-регбиста.	<i>Отбирать и составлять комплекс упражнений для развития основных физических качеств тег-регбиста.</i>
Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.	<i>Проявлять</i> толерантность к сверстникам
Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.	<i>Проявлять морально-волевые качества</i> во время занятий тэг-регби.
<b>Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>	
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.	<p><i>Уметь</i> подбирать одежду, обувь для занятий тэг-регби</p> <p><i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами тэг-регби и самостоятельные занятия во время прогулок и каникул.</p>
Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Составление планов и самостоятельное	<p><i>Понимать</i> выполнения упражнений тэг-регби.</p> <p><i>Описывать</i> технику осваиваемых упражнений.</p>

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
проведение занятий по тэг-регби.	<i>Составлять</i> план самостоятельных занятий по тэг-регби.
Тестирование уровня физической подготовленности в тег-регби.	<i>Знать</i> контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности регбиста. <i>Сравнивать</i> своими результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся.
<b>Раздел 3 ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока.	<i>Составлять</i> комплексы специальных упражнений технических действий игрока.
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
<b>4 класс базовая подготовка «Тег-регби»</b>	
Основные термины тег-регби. Приобретение двигательных навыков, элементов, технических приёмов тэг-регби.	<i>Знать и применять</i> основные термины регби в организации и проведении занятий по тэг-регби. <i>Знать и уметь</i> выполнять различные базовые технические элементы тэг-регби. <i>Применять</i> технические приемы тэг-регби в подвижных играх и игровых заданиях.
Подвижные игры (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» «Осальить 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», эстафеты с регбийным мячом.	<i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры и эстафета с элементами тэг-регби. <i>Выполнять</i> игровые задания с регбийным мячом. <i>Моделировать</i> игровые ситуации в атаке и защите. <i>Проявлять</i> самостоятельность в организации подвижных игр. <i>Соблюдать</i> правила подвижных игр.
Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы тэг-регби. Общие и специальные подготовительные упражнения,	<i>Осваивать</i> простейшие базовые двигательные навыки и элементы тэг-регби. <i>Описывать</i> технику разучиваемых упражнений.

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
<p>развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой тэг-регби (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).</p> <p>Подводящие упражнения и элементы соревновательного направления.</p>	<p><i>Следить</i> за правильностью выполнения всех упражнений.</p> <p><i>Взаимодействовать</i> с партнером во время занятий тэг-регби.</p>
<p>Передача мяча стоя на месте и в движении (короткая и средняя передачи).</p> <p>Стойки и перемещения (правым, левым боком; приставным шагом, спиной вперед, с изменением направления по сигналу, с прыжками и поворотами по сигналу, передача мяча в парах стоя на месте и в движении, передачи в колоннах с перемещениями). Перемещение с мячом: стэп- шаг в сторону и двойной шаг. Бег с изменением скорости и смены направления движения.</p>	<p><i>Осваивать</i> технику и <i>уметь</i> выполнять различные основные виды бега, прыжков, иных элементов регби.</p> <p><i>Осваивать</i> знания об основных способах передвижения регбистов</p> <p><i>Знать</i> и <i>уметь</i> выполнять простейшие упражнения элементов техники регби</p> <p><i>Уметь</i> рассказать о простых элементах техники тэг-регби.</p> <p><i>Уметь</i> общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий (групповых, игровых, фронтальных).</p> <p><i>Следить</i> за правильностью выполнения всех упражнений.</p> <p><i>Демонстрировать</i> приобретённые знания и умения.</p>
<p>Учебные игры в тэг-регби по упрощённым правилам.</p>	<p><i>Знать</i> правила регби.</p> <p><i>Применять</i> правила игры тэг-регби в соревновательной деятельности.</p> <p><i>Демонстрировать</i> технические приемы тэг-регби в учебных играх.</p>

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Кол- во часов	ИКТ	Дата	
				4 А	4 Б
<b>I. Знания о физической культуре (2ч)</b>					
1.1	Техника безопасности на занятиях тэг-регби	1	*	2.09	6.09
1.2	Правила игры в тэг-регби	1	*	9.09	13.09
<b>II. Способы физкультурной деятельности (2ч)</b>					
2.1.3	Организация и проведение занятий по тэг-регби	1		16.09	20.09
2.2.4	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби	1		23.09	27.09
<b>III. Физическое совершенствование (30ч)</b>					
3.1-2.5-6	Комплексы общеразвивающих упражнений	2		30.09 7.10	4.10 11.10
3.3-6.7-10	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	4	*	14.10 21.10 11.11 18.11	18.10 25.10 8.11 15.11
3.7.11	Беговые упражнения	1		25.11	22.11
3.8.12	Прыжковые упражнения	1		2.12	29.11
3.9.13	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	1		9.12	6.12
3.10.14	Гимнастические упражнения: упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	1		16.12	13.12
3.11.15	Упражнения с набивными мячами, гантелями.	1		23.12	20.12
3.12-19.16-23	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом	8		28.12 13.01 20.01 27.01	27.12 10.01 17.01 24.01

				3.02 10.02 17.02 3.03	3.01 7.02 14.02 21.02
3.20- 21.24-25	Техника выполнения стоек и перемещений игрока	2		17.03 31.03	28.02 7.03
3.22.26	Техника передвижений с мячом	1		7.04	14.03
3.23- 24.27-28	Техника выполнения передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями	2		14.04 21.04	21.03 4.04
3.25- 26.29-30	Техника ловли высоко и низко летящего мяча	2		28.04 5.05	11.04 18.04
3.27.31	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча	1		12.05	25.04
3.28.32	Тактические взаимодействия: передача в крест	1		19.05	16.05
3.29.33	Тактические взаимодействия: в парах - забегание после передачи мяча, в тройках - забегание за среднего игрока	1		26.05	23.05
3.30.34	Тактические взаимодействия: смещения	1		27.05	28.05
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>			