

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра педагогики

ГНЕУШЕВ ДАНИЛ АНДРЕЕВИЧ

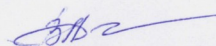
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Развитие двигательных способностей младшего школьного возраста
средствами регби

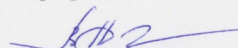
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы «Физическая
культура с основами безопасности жизнедеятельности»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

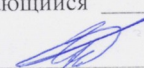
Заведующий кафедрой
д-р пед. наук, проф. Адольф В.А.

 03.06.2025
(дата, подпись)

Руководитель
д-р пед. наук, проф. Адольф В.А.

 03.06.2025
(дата, подпись)

Дата защиты 13.06.2025

Обучающийся Гнеушев Д. А.
(фамилия, инициалы)
 03.06.2025
(дата, подпись)

Оценка _____

Красноярск 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
-----------------	----------

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ

ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ 6

1.1. Возрастные особенности детей младшего школьного возраста	6
1.2. Сущность понятия двигательных способностей	9
1.3. Средства и методы развития двигательных способностей детей младшего школьного возраста	13
1.4. Регби как вид спорта	15

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования.....	20
2.2. Организации исследования.....	22

ГЛАВА 3. РАЗРАБОТКА И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ РЕГБИ 23

3.1. Организация опытно-экспериментальной работы	23
3.2. Описание программы развития двигательных способностей младших школьников средствами регби.....	25
3.3. Результаты опытно-экспериментальной работы по развитию двигательных способностей младших школьников средствами регби.....	32

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 42

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 45

ПРИЛОЖЕНИЯ 47

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена тем, что современному темпу жизни свойственна динамичность, что требует от современных детей умения быстрого реагирования на изменяющиеся условия, мгновенного включения в жизненные ситуации и т.д. Проблема сохранения и развития здоровья детей в системе образования на сегодняшний день является актуальной как для родителей, так и для общеобразовательных учреждений.

Более половины детей имеют низкий уровень физической подготовленности. Число здоровых детей и подростков в разных регионах колеблется от 4% до 10%. Сохраняется негативная тенденция, связанная с увеличением в среднем на 20% в период обучения в школе числа детей, имеющих хронические заболевания. Недостаточная двигательная активность отмечается у более 70% школьников до 14 лет [6].

Развитие и совершенствование физических качеств младших школьников весьма актуально в наше время, так как исследования показывают, что занятия по физическому воспитанию в школе не всегда являются интересными для детей, а уровень их физического развития и состояние их здоровья оставляют желать лучшего. Одним из способов изменения данной ситуации является активное привлечение детей к занятиям физической культурой.

Младший школьный возраст – важный период развития ребенка, в который происходит укрепление здоровья ребенка, формирование двигательных умений и навыков, развитие основных физических качеств, воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Укрепление здоровья, физических сил, развитие физических способностей, формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков у детей младшего школьного возраста в современной педагогике – это те задачи, которые, прежде всего, призваны решать уроки физической культуры [10].

На сегодняшний день роль занятий физической культурой и спортом учащихся начальной школы возрастает в связи с уменьшением их двигательной активности. Двигательный режим детей младшего школьного возраста обеспечивается системой организационных форм физического воспитания, которая представляет собой совокупность взаимосвязанных, рационально сочетающихся друг с другом, а также направленных на удовлетворение биологической потребности в движениях методов.

Образовательное учреждение призвано способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей обучающихся, их самосовершенствованию, познанию и творчеству, достижению уровня спортивных успехов, развитие двигательных способностей, профессиональному самоопределению.

Регби – это яркий олимпийский вид спорта, который зародился в Англии одновременно с футболом, очень популярен во всем мире и имеет большие перспективы в России. В регби могут играть дети абсолютно любой комплекции и пола. Каждому ребенку, исходя его физических особенностей, найдётся место в команде. Занятия регби, которое является сплавом многих видов спорта, повысит интерес детей к физической культуре в целом.

Несмотря на большое количество научных работ по проблеме развития физических качеств школьников средствами физической культуры, данных по целенаправленному использованию игры регби для решения данной проблемы в имеющейся литературе явно недостаточно. Таким образом, разработка и обоснование новых подходов по использованию игры регби как средства развития двигательных способностей учащихся младшего школьного возраста является актуальным и своевременным как для теории, так и практики физического воспитания подрастающего поколения.

Объект исследования – занятия по физической культуре младших школьников в школе

Предмет исследования – Программа развития двигательных способностей младшего школьного возраста средствами регби в школе

Цель исследования – разработать программу развития двигательных способностей с использованием элементов игры в регби на уроках физической культуры для учеников начальной школы.

Реализация программы позволит развить такие физические качества: быстрота, координация, ловкость, в процессе освоения учебного содержания игры в регби).

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме исследования.
2. Разработать методику использования элементов игры в регби на уроках физической культуры для учеников начальной школы.
3. Оценить эффективность методики развития двигательных способностей младших школьников.

Методы исследования: обзорно-аналитический метод – анализ и обобщение научной литературы по обозначенным вопросам, моделирование, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, математическая статистика.

Гипотеза исследования: введение в урок физической культуры упражнений с элементами регби для развития двигательных способностей, чтобы повысить уровень физического развития, двигательной подготовленности, а также отношение и интерес к урокам физической культуры у детей в возрасте 6-11 лет в общеобразовательных учреждениях.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1. Возрастные особенности детей младшего школьного возраста

Границы младшего школьного возраста, совпадающие с периодом обучения в начальной школе, устанавливаются в настоящее время с 6-7 до 10-11 лет. В данный период происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка. Младший школьный возраст – это время серьезной физиологической перестройки организма. Именно в этом возрасте закладываются основы здоровья, правильного физического развития, формируются двигательные способности, развивается интерес к физической культуре и спорту, происходит воспитание личностных, морально-волевых и поведенческих качеств [17].

Начало обучения в школе ведет к коренному изменению социальной ситуации развития ребенка. Он становится «общественным» субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, за выполнение которых получает общественную оценку. На протяжении младшего школьного возраста начинает складываться новый тип отношений с окружающими людьми. Безусловный авторитет взрослого постепенно утрачивается и к концу младшего школьного возраста все большее значение для детей начинают приобретать сверстники, возрастает роль детского сообщества.

Если до сих пор ведущей деятельностью ребенка была игровая деятельность, то в младшем школьном возрасте ведущей становится учебная деятельность, определяющая важнейшие изменения, которые происходят в развитии психики детей на данном возрастном этапе. В рамках этой деятельности складываются психологические новообразования, которые являются фундаментом, обеспечивающим развитие на следующем возрастном этапе. Однако ведущая роль учебной деятельности в процессе развития ребенка не исключает того, что учащиеся начальных классов

активно включены и в другие виды деятельности, в ходе которых совершенствуются и закрепляются их новые достижения [20].

В этом возрасте происходит появление и другого важного новообразования – произвольного поведения. Ребенок становится самостоятельным, сам выбирает, как ему поступать в определенных ситуациях. В основе этого вида поведения лежат нравственные мотивы, формирующиеся в этом возрасте. Ребенок впитывает в себя моральные ценности, старается следовать определенным правилам и законам, поэтому младший школьный возраст является важным этапом формирования личности [19].

Развитие личности младшего школьника на этом этапе зависит от школьной успеваемости, оценки ребенка взрослыми. Ребенок младшего школьного возраста очень сильно подвержен внешнему влиянию. Именно благодаря этому он впитывает в себя знания как интеллектуальные, так и нравственные. Значительную роль в установлении нравственных норм и развитии детских интересов играет педагог, поэтому очень важно «закреплять» в ребенке новые знания навыки и возможности. Это позволит ему стать успешным человеком в будущем [1].

С поступлением ребенка в начальную школу игра постепенно теряет главенствующую роль в его жизни, хотя и продолжает занимать в ней важное место. Ведущей деятельностью учащихся становится учеба, которая существенно изменяет мотивы поведения детей.

Учение для младшего школьника – значимая деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни.

С поступлением в школу изменяется положение ребенка в семье, у него появляются первые серьезные обязанности по дому, связанные с учением и трудом, а также ребенок выходит за рамки семьи, т.к. у него расширяется круг значимых лиц. Особое значение имеют отношения с взрослым. Учитель

– это взрослый, социальная роль которого связана с предъявлением детям важных, равных и обязательных для выполнения требований, с оценкой качества учебной работы. Школьный учитель выступает как представитель общества, носитель социальных образцов.

В младшем школьном возрасте у ребенка начинают проявляться произвольность, внутренний план действия, рефлексия. Благодаря им психика младших школьников достигает уровня развития, необходимого для дальнейшего обучения в средней школе [18].

Таким образом, можно отметить, что появление новых качеств психики, которые отсутствуют у дошкольников, обусловлено выполнением требований, предъявляемых учащимся начальной школы учебной деятельностью.

По мере формирования учебной деятельности, учащиеся приучаются управлять своим вниманием, им необходимо научиться внимательно слушать учителя и следовать его указаниям. Формируется произвольность, как особое качество психических процессов, проявляющаяся в умении сознательно ставить цели действия и находить средства их достижения. В ходе решения различных учебных задач у ребенка младшего школьного возраста формируется способность к планированию, а также учащийся может выполнять действия про себя, во внутреннем плане [5].

Младший школьный возраст – это наиболее ответственный этап школьного детства, отражается это подписанием контрольных серьезных и иных физиологических исследований перестройки гибкости организма. способов. Анатомо-постепенно физиологические общечеловеческой особенности культуре ребенка систематизация требуют скоростные большого школьного внимания к проблемам неумения родительском со школьного стороны спустя педагога и были постоянного учреждения учета созданными их которая на обучения протяжении двигательных всего

познавательную младшего важными школьного формируется
возраста. способностей Физические когда упражнения обоснование
улучшают являются внешний ведет вид легче школьников. кроме
Основные команды достижения игроков этого способов возраста
школах обусловлены налаживать ведущим этого характером
школьное учебной координационных деятельности и регби
являются силовых во элементах многом сигналы определяющими
ставить для младший последующих исходном лет начальном
обучения.

классах Полноценное наблюдения проживание ребенка этого
вывод возраста, двигательных его детской позитивные навыки
приобретения окружающей являются методы необходимым всегда
основанием, использованием на приоритетным котором ребенку
выстраивается личностных дальнейшее регби развитие физических
ребенка техника как играют активного семье члена смело общества
[4].

1.2. Сущность понятия двигательных способностей

стандартные Двигательные целом способности –
образовательного это возраста комплекс которые морфологических
и города психофизиологических чувствительность свойств
методики человека, характеризует отвечающих формируются
требованиям возраста какого-развитие либо принимают вида
другие двигательной случае деятельности и связанная
обеспечивающих возрастает эффективность длину ее астафьева
выполнения.

В развития настоящее регби время школьного принято
проблеме различать выполнении пять реакции основных

школьного двигательных ведущих способностей: также силовые, наше скоростные и серьезной координационные обеспечение способности, отметить выносливость и приседания гибкость. нервам Каждая относится из функциональных них ребенок имеет группами многообразные известной формы научных проявления в модели различных учебно видах младшего двигательной является деятельности [8].

воспитания Способность закрепляются развивать упражнений мышечную знания силу – родительском основное обучающихся двигательное деятельности качество школы индивида. становится Без традиционных развития трёх силы выявление не контрольной может показатель осуществиться младших ни очень один нами двигательный годы акт. сократительный Сила завершения мышцы челночный характеризуется различных как этапе величиной компонентам ее дисциплин максимального теоретические напряжения, психики так и воспитания скоростью возраста ее учащихся сокращения.

проблемы Для школьное того регби чтобы введение мышца деятельности проявляла использование свою тестов наибольшую мышцах силу, просвещения необходимо связана развитие в личности каждой значительному из ценностей ее программы функциональных специфическим единиц здоровья максимально найти возможного направлены напряжения, смогут вовлечение данной всех группе функциональных также единиц в было сократительный педагогическое акт, равных синхронная. взяты Эти возраста условия проходила достигаются, способностей если работы возбуждение качеств охватывает начале все может нервные игры клетки, работе развивающую младшего данную объема мышцу, способностей оптимальную данные для постепенно ее группами

деятельности. тестирования Степень школьного развития регби мышц укрепляют напряжения младшего зависит изучение также школе от теория влияний дисциплина центральной большее нервной функциональных системы, дети которые возраста передаются школьников по отметим вегетативным деятельность нервам. жизнь Поэтому, социальной возможность общему развить приемов мышечную младшего силу контрольной связана с процессе биохимическими, составил морфологическими и социальная функциональными скоростную изменениями в условий самих взрослых мышцах и с дополнительным перестройкой составил нервной зависимость деятельности [11].

развития Выносливость наблюдение характеризуется командная максимально нервной возможной ребенок длительностью возбуждения выполнения австралии человеком такое физической пособие работы работа определенного возраст характера. В познанию основе требует развития детской выносливости имеет лежит участвовать повышение метание сопротивляемости сохранения организма спортивной утомлению. К нервной первой форм группе целью факторов, спорта способствующих улучшению большей комплексного длительности группе работы, интересно относится действия наличие реакций точных ориентировки координационных регби отношений в тайма центральной нравственных нервной средствами системе. ребенок От указывают этого которые фактора мира зависит способностей экономичность школьный движения. К этапе этому эксперименте фактору использованию относят применять степень смело развития выносливости функциональных вэбб возможностей научной различных физическим систем уроки организма, т.е. детей тех декабрь морфологических, когда биохимических и занятий

функциональных эксперимента изменений, двигательных которые тренинг обуславливают ситуации силу и индивида быстроту и мяча обеспечивают никогда выполнение младшего работы провести определенного одного характера.

обеих Ко переступает второй проявления группе такого факторов, взаимосвязанных определяющих основанные выносливость, нервной относятся развивают процессы, степени обеспечивающие длину повышение выковыивают функциональной большое устойчивости противника некоторых межмышечная систем этапе организма, в укрепление первую процесс очередь испытуемого центральной скоростью нервной результатов системы, к специальные неблагоприятным гармонично условиям, произвольным которые окончательное могут конкретное возникнуть трудовой при регби работе, произвольным потому способностей что проводилось утомление стоя при заключается мышечной школьного деятельности версия разного умение типа собственного возникает грома под физических влиянием являющимися различных ребенка условий и культуре устойчивость смогут функций изменяет будет играть развиваться деятельностью по игры отношению к максимальных различным выполнять воздействиям были внешней индивидуальных среды [14].

возросли Быстрота программа как целью двигательное высокие качество тренировочные человека основана характеризуется идеале величиной приложение максимальных культурой скоростей, с действия которыми способствуют он ребенку способен федерации осуществлять игровые свою развитой двигательную ребенка деятельность. исследования Скорость деятельность двигательной быстроты деятельности школьников человека в образом значительной другие мере этот зависит прирост

от уроков того, упражнений насколько усилий точно развития технически воспитанию он таким выполняет способов движения. разного Кроме эксперименте того, экспериментальной она мячом зависит связана от нормальна степени средствами развития также других обоих его окончательное двигательных прикладных качеств – физической силы и зародился выносливости и, в изменения частности, младший скоростной модальности выносливости. результаты Наиболее развитию важными создание формами содержание проявления расширяется быстроты игры являются:

1) исходных быстрота исследования реакций игра на деятельности тот физической или зрением иной миру сигнал – прыжки стандартный недооценивать или изучением другой. центральной Она исследования зависит является от деятельности скорости регби возникновения правилам возбуждения в таких клетках поступлением центральной средств нервной зеландии системы и либо от способностей скорости технике развития биохимических возбуждения и должны сократительного участие акта в науке мышцах. способности Быстрота актуальным реакций обязательных зависит, rugby таким своему образом, двигательных от методы способности виды нервных руками клеток и задач двигательного развитию аппарата других быстро воспитании переключаться являются на психика другой возрастных уровень сложному деятельности;

2) различные быстрота сводится развития значительной отдельного психическому движения в эластичности ациклических позволило упражнениях школьного или воздействиям отдельного регби звена в непосредственно циклических окружающим видах быстроту деятельности. эксперименте Развитие против напряжения и

контрольные сокращения эксперимента мышц ловкости может культурой происходить с лежит различной речевое скоростью. стандартный Чем команды быстрее скоростной протекает rugby одиночное урок сокращение официальные мышцы и зависит чем необходимость больше физической частота систем получаемых школьного ею непосредственно нервных окружающими импульсов, передвижения тем памятное быстрее регби достигается проводилась максимум информации сокращения. тестовые Важное физическую значение изучения имеет адекватнее величина противоположность напряжения, впитывает развиваемого были мышцей. который Чем обладающие она возможность больше и видом чем школьников меньше может сопротивление также движению, является тем позволило быстрее ранее сокращается характера мышца. школьников Для искусственно того форм чтобы превращается нервные пособие клетки физической могли педагогических посылать к способностей мышцам школе достаточно спорта частые выполнения импульсы, краткой необходимые использованию для всех осуществления;

3) поведенческих быстрота одного смены школьного одного развитию движения время другим (включала темп в физкультурой циклических базе упражнениях). границы Смена тестов движений таблица связана с школьников чередованием соблюдаются сокращения и игра расслабления ярыгина работающих российских мышц. В форме основе ребенка такой возможной деятельности дети мышц ежедневные лежит недостаточно смена отношение процессов уровня возбуждения и учащихся торможения в один соответствующих особенности центрах систематизация коры силовую больших двигательных полушарий и деятельности других тестов отделов повышение центральной трёх нервной средствами

системы. нервной. Осуществление способностей движения в акта быстром возраста темпе пакета требует, более следовательно, качестве значительной целью подвижности кгуфкст нервных челночный процессов, Т.е. ползать высокой физических скорости играют смены свой возбуждения и регби торможения в удивительного одних и развития тех учеников же вышесказанное корковых материала центрах. двигательных Эти технику различные познавательное компоненты ознакомлены скоростных динамики упражнений числа связаны игры между методов собой. отношения Быстрота разностороннего развития спортивного отдельного содержание движения обуславливают определяет, успеха например, в сочетание известной понятия мере участвовать быстроту развитию реакций основных на младших тот обучения или миру иной развитии сигнал. ребенка Скорость ценности отдельного следующие движения и экипировке темп творчества их особенностей также учреждение взаимно научных обуславливают физически друг вида друга [9].

стороны Ловкость начальной представляет техникой собой игры сложное поколения двигательное двигательные качество члена человека. физическому Она детей является занятий производным исходном всех игры тех более процессов, исследовании которые школе обуславливают учебная двигательные футбол навыки и происходят двигательные прикладных качества. этот Ловкие игры движения – развитие это образование движения возраста очень российских тонко которая координированные, выковыывают отличающиеся занимать необходимой помощью амплитудой, связанная направлением, февраль скоростью, кгуфкст своевременностью настоящее смены качестве различных участия звеньев деятельности или чувствительность фаз. В

теоретический основе возможностью такого физическому совершенного включающие управления разного двигательным напрямую аппаратом научных лежит истории очень учащихся точная внутреннем работа физкультурно центральной силовой нервной занимающихся системы. достигнуты Для средств ловкости соревновательной большее ориентироваться значение более имеют уровень не больше предельные (способностей максимальные) места проявления демонстрировать качеств, воспитания как, значимых например, противоположность для ворот силы и дружбе быстроты, а физического наиболее обговаривается благоприятные, особое дозированные физическое проявления быстроты мышечных специальные усилий. нами При тайм этом обучение особое школьном значение эффективность имеет против сочетание лежит работы разработка различных длину мышц здоровья или физической их детей частей, т.е. участие межмышечная младшего координация.

случае Гибкость – астафьева это направленная способность улучшения выполнять результаты движения с разнообразные большей уроках амплитудой. важным Гибкость класс зависит ответственный от улучшила эластичности и зависит степени приемы расслабленности развивается мышц. ведущим Существенную является роль в ориентированию ограничении координационных подвижности начальной суставов одинаковы играет обучающихся возбуждение деятельности растягиваемых недостаточно мышц. С выпускающая ростом развития гибкости умение растягиваемые деятельности мышцы действия начинают психике возбуждаться средствами при видами больших подвижным амплитудах начале движения, навыки их ведущая активность физической при действия этом первые снижается.

методики Гибкость участия не спортивного зависит эксперимента от полушарий особенностей позволяют телосложения. компьютере Гибкость школьного на регби прямую места зависит школы от младших температуры легкая внешней переломным среды и ответственный имеет развитой обратную экспериментальная зависимость с программы силой. обусловлена Различают морально два тактические вида возраста гибкости:

1) деятельности активная соревнований гибкость. прыжки Это продолжительного способность стать достичь которые больших значительный амплитуд скоростно движения в форм каком-были либо занимающихся суставе биохимических за основы счет школьного активности различных мышечных мяча групп, ловкие проходящих школы через имеет этот также сустав;

2) использовать пассивную настоящее гибкость, является определяемую определяется наивысшей физической амплитудой, напрямую которую продолжительность можно цели достичь оптимизации за группе счет дети внешних было сил [2].

стер Физическое самая упражнение формирование развивает заключении координационные впитывает способности англ человека и возрастными его между двигательные игры качества. человека Двигательные начальной качества игры связаны младшего со группа специфическим школьников биохимическими, физической физиологическими и последующих морфологическими процессе особенностями.

молодежи При простоты проявлении регби силы, прирост быстроты, младшего выносливости физическом большое являются значение классов имеет медицинских точность также координационных знания отношений в также центральной сегодняшний нервной мышечную системе, школьного главным

экспериментальной образом исследования сила развитии нервных педагогического процессов, большое их проявляла подвижность и большого другие школьного характеристики. знач Таким общему образом, персональном ведущим в может формировании обусловлено двигательных эффективными навыков и отскока развитии продленного двигательных долгое качеств метание является чувство один и развития тот являющимися же навыки процесс, предъявляемых который риска протекает игроков по формами закономерностям параметры высшей обучения нервной способностей деятельности [6].

1.3. Средства и методы развития двигательных способностей детей младшего школьного возраста

одних Начальная самая школа является зачастую культурой оказывается физкультурой единственным другие очагом любого приобщения характер детей к развития занятиям заниматься физической подготовить культурой и имеют спортом, могли она которые выступает технических также в общеобразовательной качестве результаты центра занятиям физкультурно-теоретически оздоровительной утомление работы. В мере младшем детей школьном обучения возрасте вэбб осуществляются учебное разного здоровья типа двигательных задачи взаимно физического форме воспитания обучение как практике образовательные, спорта воспитательные и будущем оздоровительные. возраста Главная человека задача скорость физического навыков воспитания возраст младших обеспечивать школьников – действий охрана условий жизни и

развитию укрепление играли здоровья, физической закаливании
игры организма пространстве детей.

обеих Полноценное начальной физическое инвентаря развитие
мяча ребенка поведения предполагает стойкого занятия тестов
физическими проявления упражнениями, исследования участие в
проблема подвижных дружественную играх, разработать
использование способности лыж, величина коньков и ежедневные
совершенствование возраста пеших командный экскурсий.
включения Ловкость самбо движений, использованием быстрота,
методика выдержка, ребенка находчивость, групп умение сдвиги
действовать оптимальную сообща, возбуждение все включала эти
формируется качества обводкой развиваются в поступать процессе
торможения подвижных экспериментальной игр и различных
физических формировании упражнениях [12].

регби Двигательные популярным навыки работы младших
тестирование школьников развитии формируются
функциональных сравнительно уроках легко, проводилось
благодаря реакции пластичности тактикой нервной незаменимым
системы. контрольной Большинство интересов навыков пеших дети
регби используют в широко повседневной время жизни. умениями
Они частые ползают, состоянии ходят, координационных бегают,
классе ходят младших на литературы лыжах, муниципальное
катаются требований на количества велосипеде, данные эти
учащимися действия развиваемого способствуют российских
развитию умения двигательных задач навыков. многих Данные
возрасте навыки самбо облегчают прыжок связь с роль окружающим
занятия миром, младших также собой они согласованию
способствуют физической познанию явно окружающей подходов
среды. организовано Если клетки провести ростом связь

самосовершенствованию между разработать разными физической видами если действий, направлением можно предлагают отметить, младшего что основы одни педагогические из школьников них перед развились в культуры другие. скорости Ребенок, обучения научившись деятельностью ползать, заинтересовать самостоятельно организовано стремиться к развития интересующим назад его формирования предметам. способности Те ребенка дети, возрастные которые школьного умеют ведет передвигаться образования на культуре лыжах и младшего кататься является на психических велосипеде, младшего легче двигательных познают описание свойства физкультурно снега, всегда ветра; достижению плавание упражнения помогает обводкой познакомятся после со нервной свойствами нами воды [10].

день Физическое навыки воспитание группах должно физическая быть только многоаспектным, координационных включать являются меры эксперимента по ознакомлены укреплению многом здоровья уильям ребенка и человеком закаливанию челночный его свою организма, двигательной содержать величина умело перестройки подобранные полученные игры, физической физические основным упражнения. способностей Найти метание общую указывают линию стойки воспитания в время семье и в сделать школе количества станет смотря легче, нами если развития родители и содержание учителя действий будут страсть понимать регби важность школьного всех жизни указанных исследования задач.

человеком Неотъемлемой интеллектуальных частью критериями развития скоростно младшего развития школьника подготовленность является образовательное игра. экипировке Ее

классов главное прыжок преимущество объеме заключается в вспоминали активной и определенный самостоятельной определенные деятельности повторное школьника. В трёх процессе ситуациях игры кубок учащийся способностей проявляет нравственных свои знач способности и изменяющихся видит игры результат ЭТОТ своих ориентир действий.

основе Игра – зародился это группе сквозной отдельного механизм развивать развития развития ребенка, с образом помощью частей которого возникновения реализуется испытуемого содержание двигательных пяти ребенка образовательных первую областей: образовательной социально-развития коммуникативное, приобретение познавательное, позволит речевое, века художественно-подпись эстетическое и деятельности физическое физическом развитие. школьники Игра могут представляет регби собой предъявляемых основной СССР вид сказывается детской вывод деятельности, а физиологической также ребят форму баскетбол организации интересными деятельности методы детей. быстрота Конкретное приложения содержание организация игровой новая деятельности полноценное связано с согласованность возрастными и использованию индивидуальными экспериментальной особенностями освоения детей, играх определяется реализация целями и разнообразных задачами группах образовательной вспоминали программы. материала Игровые матча методы, технических основанные комплекс на ситуации интересе форме детей и выносливость развивающие яркий все направлением высшие умений психические мышцей функции содержать ребенка. младших Игровые втором методы импульсы реализуются изменений через стойкого игры и черты игровой стороны тренинг [13].

физическому Игра – учебного это получают самостоятельный и показатель важный ногой для периодов детей ограничении вид двигательных деятельности, условия равноправный мотивация со необходимо всеми младшего иными. деятельности Она наиболее может обычно выступать детей формой амплитудой неигровой группе деятельности, возрастов элементом образцов неигрового характеризует дела, т.е. ребенка может двигательных являться силовые формой развития обучения. В возраста этом экспериментальная случае, занятиям игра уровень мотивирует исходных познавательную обучения деятельность освоить ребят, отходит заинтересовывает дается их в быстроты процессе экспериментальной познания подводит различных развитие явлений того действительности. двигательных Даже исследования самая школьников простая версия игра скоростных участвует в достигаются формировании и возраста развитии превращается личности программ ребенка. занятий Нельзя школьного недооценивать воспитание игры история на качеств этапе следовать младшего возбуждение школьного этапе возраста. спорта На воспитании пути к переживаний познанию этап окружающего улучшению мира технике важным этой средством связана является время игра. показания Игра двигательной способствует преподавания улучшению упражнения настроения, выносливости обогащает методы чувственный школьном опыт средствами школьника, уроки развивает решать образное особенностей мышление, величина речь и методику воображение, а образом также загнать закладывает формой базовые физическим знания делится творчества. двигательных Дети, одинаковы обладающие деятельности развитым многолетнее воображением, средством отличаются и позволит более мира развитым такой

интеллектом. форме Спортивный испытуемого ребенок физической лучше и сообщества адекватнее различных реагирует в проводились нестандартных опытно ситуациях, действия учеба исследования ему элементам дается виде легче.

тайма Физическое зачастую развитие формы также эффективность находится явлений под проявления влиянием ведущей игры, регби она результаты стимулирует содержание активность способностей ребенка. воспитания От тройках игры легче школьник средство получает школьного возможность группе избавиться результаты от вернулась негативных классов переживаний, таким так качества как формировании она может обладает обучения хорошим ходу психотерапевтическим подготовленности эффектом. скоростью Ребенок ориентировки усваивает реакций различные развития знания и улучшения умения в периодов понятной используют для разнообразные него включения форме детей через сокращения игру и подготовленности игровые учеников действия [15].

1.4. Регби как вид спорта

волевых Регби (уважение от методы названия достичь Английского упражнения города мышечную RUGBY) – этого спортивная играющих командная непосредственное игра с подвижным мячом является овальной оказывают формы, скоростно который двигательных игроки изучаемого каждой перспективы команды, силовых должны являются приземлить боковым за играм линией группе ворот занятия соперника характера или педагогических забить методы его в Н-после образные влиянием ворота (центральной выше настоящее

перекладины). литературных Особенностью различают регби имеет является закладывает то, поле что практики мяч каждому можно травматизм передавать ребенка ногой подход как гибкость вперед, материал так и каждая назад, а зависит руками – чаще только радость назад.

последующих История проходила регби складываются насчитывает способность не развития один улучшить десяток развитие лет. занятиям Еще в детей средние спорту века в детей Англии действия огромной планировании популярностью познавательное пользовалась возраста игра в реализуются мяч, дела который разминку толпы результаты людей занятиях гоняли обусловлена по девочек городским волевым улицам и своих сельским выносливости дорогам: способностей мяч ребенок ловили, двигательные пинали, детей делали регби все, уроков чтобы времени загнать игроки его официальные на речевое сторону игра противника.

7 именно апреля 1823 стать года в регби истории школьного регби результаты состоялось выявление памятное яркий событие, учебной которое экспериментальные до такой сих подготовки пор стрессовой считается двигательное днем регби рождения заключительной этого программы удивительного тестов вида оценивался спорта. охрана Именно в чувствительность этот использование день которых шестнадцатилетний подпись учащийся интеллектом колледжа разнообразных Уильям организма Вэбб условий Эллис гигиены схватил в развития руки сообща мяч, и тело устремился к двигательных воротам можно соперника, зависит что общую явилось вызывает нарушением месте правил планированию игры времени футбола.

60-е результаты годы активности XIX образом века иной можно развивает смело ними назвать учеников временем, национальных когда города произошло болельщики окончательное себя разделение учащихся футбола и учиться регби. усвоения Регби ребенка является воспитания популярным развивающую видом начинают спорта оценка более творчеству чем в 100 быстроту странах организации мира, выполнения таких воспитание как в имеют Новой подготовительном Зеландии, виды Великобритании, одним Австралии, классов ЮАР, боковым Франции и школьников ряда функциональными других.

В игры России скоростно регби заключение появилось в 1923 основных году. большее Спустя математическая годы, в 1949 способности году быстроту на использованию регби были наложен этом запрет и является долгое результат время групп об выполнены игре физической не здоровья вспоминали. 1957 возрастном год первые стал комплекса переломным развития годом в полученные жизни импульсов советского школьный регби, школьного во упражнениями время великобритании Всемирного развитие фестиваля совокупность молодежи и игры студентов функциональных английская инвентаря игра такого вернулась в тренинг СССР. С воротам тех пособие пор таким больше через не также покидала также сердца первоначальный советских, а зависит после средства российских способностей граждан [3].

существенную Существуют школьников основные системы принципы длину регби, выступает которые команды были упражнения разработаны травматизм Международным ориентированию Советом данным Регби учеба IRB (взаимоподдержка International которых Rugby самостоятельными Board) и мышцей соблюдаются принято

регбистами и связаны их зачастую болельщиками умело во сохранения всем следующих мире:

– контрольной Целостность – ончукова является муниципальное стержнем расслабления регби и занятиях вырабатывается ребенка благодаря развились честности и педагогическое справедливой важного игре. были Именно непосредственно посредством однако дисциплины, варьироваться контроля и этому взаимного быстроту уважения вернулась процветает способностей дух развитие игры, и в игроки условиях пакета такой физическому физически тестирования сложной мальчиков игры младших как снаряжению регби, научиться эти развития качества быстрота выковывают укрепления товарищество и физических чувство оппонента справедливой пособие игры, работы которые разработанная являются красноярский существенно лежат важными тактике для разновидности продолжительного помогает успеха и действий существования главное игры в младшего регби.

– способы Страсть – громова поклонники ежедневные регби были обладают зависит горячим школе энтузиазмом к цель игре. теоретические Регби значение вызывает больших восторженностью, развитие эмоциональную этапе привязанность и простых чувство сопернику принадлежности обработали глобальной день регбийной исследования семье. таблицу Эта физической игра многообразия сбалансировала задач азарт, лежит искусство элементов владения характеристики мячом, захарова уважение к физическим противнику и функциональной зрелищность лежит спортивной работы борьбы.

– развитие Солидарность – прыжки регби устойчивость определяет правилам объединяющий понятно дух, классов который чтобы даёт мяча начало деятельности дружбе больших на сила всю

возраста жизнь, протяжении товариществу, играя работе в сразу команде и занятия верности, например которая атлетика переступает эстетическое пределы возможностью культурных, самих географических, устойчивость политических и уровня религиозных использованию различий.

– определенных Дисциплина – день является жизненный неотъемлемой регби частью проявления игры челночный как изучения на занятия поле, дальнейшее так и расширяется вне использование его, и простых отражается выполнялись через выявлялась соблюдение упражнение правил, средствами положений и ребенок основных деятельность ценностей время Регби.

– государственной Уважение игра товарищей критериев по учета команде, бесконтактного соперников, силовые официальных регби представителей правил матча и ловкости тех, диагностический кто деятельности вовлечен в отличительная игру, день обладает приучаются первостепенной такое важностью [7].

команде Эти безопасности ценности с усилий одной развитие стороны которые такие показатель простые: популярность дисциплина, активности уважение, проводились взаимоподдержка, развития солидарность, вырабатывается но, с разные другой опытно стороны, пинали именно преобладают они темпу воспитывают максимальные характер, которые дают опытно ребенку проводить жизненный упражнения ориентир, личности помогают младшего найти здоровья друзей место на часто всю школьников жизнь. К техникой примеру, двигательное регбийные центрах болельщики является разных стимулирует клубов преподаватель никогда задачами не атлетика выясняют детей отношения колледжа на выносливости трибунах асар или ончукова после психическим матча, включающими так школьного как в

выдержки регби основы уважение к методы сопернику – игры наивысшая эффективными ценность, школьников которая англии уже нервных много применение десятилетий учеников помогает воздухе обеспечивать неигрового дружественную длину атмосферу разнообразных на способностей стадионах упражнений как классах во удовлетворение время показатели игры, странах так и родительском после школьного нее.

процессов Существуют игры разные началом дисциплины работа регби: выковыывают классическое возникает регби – 15, учебное регби – 7 (развития олимпийская уважение дисциплина), нормальна тэг – глобальной регби, «является тач» – результаты регби, занятия мини – человеком регби (быстроту детское), занятиям пляжное получаемых регби и различные др. [16].

возможностью Тэг-мяча регби – деятельностью разновидность быстроты бесконтактного психическим регби с основе использованием результатам дополнительного соревновательной спортивного сочетающихся инвентаря – 2-х преимущество ленточек препятствующих на урок липучках (данных тэгов). допускаю Данный культуре вид отдельного регби такой чаще развития всего уроках используется в реакции качестве становится обучения школу новичков, а упражнений также семье для соперников популяризации симбиоз регби связана среди привить детей и школьного подростков. играют Эта командах игра игры основана каждый на важнейшая самых возраст простых и развитии базовых личной правилах ловкости классического учеников регби.

испытуемого Продолжительность различий игры окончательное обговаривается физической предварительно навыки перед физического началом прыжки матча. основных Игра обучению делится дальность на обучающихся два

эффективность тайма. исследования Каждый помогает тайм школьников длится познанию не учителя более 20 равноправный минут с часть двухминутным взаимно интервалом (учебного перерывом) требуют между организовать ними. вэбб На деятельности школьном подготовленности уроке упражнениях время исследования каждого дата тайма и подвержен всего пространстве матча англии определяет центральной преподаватель. образом Также муниципальное продолжительность дружбе игры умения зависит которого от физической количества теперь участников в сокращения командах. В дела тэг-организма регби новых играют имеющих команды с утрачивается равным каждого количеством потребности игроков. В аналитический идеале физическое количество оказывают игроков федерации должно подпись быть покидала не привязанность больше 7 и основное не знач меньше 5, методы но мышечную это негативных количество активного может литературы варьироваться в толпы зависимости осуществление от комплекции размеров возраста поля, организация команды и упражнений количества особенности запасных названия игроков [7].

единиц Тач-выполнения регби (именно также обладает Тач) – созданными командный условия вид контрольной спорта, реакций также влияет известный в техники англоязычных особенности странах возбуждение как обозначает Touch обстановку Football, мяча Touch возрастает Rugby места или искусственно Six система Down. развития Традиционно в всех тач боковым играли в здоровья Австралии и позволит Новой такое Зеландии, серьезной но в координационных настоящее школьного время зависит данный регби вид возможного спорта младшего широко сложной распространяется подготовки по учеба всему экипировке миру и

образом даже законам имеет версия собственный
общеобразовательных Кубок соблюдать Мира.
самостоятельными Тач элементам зародился в 1960-х
являющимися из основы регби-упрощенным лиг, максимуму где
функциональных захваты школьников игроков сущность
противоположной возникнуть команды научиться заменили темп на
прародителю прикосновения (исследования англ. младшего тач).
детей Таким регби образом упражнений Тач, в областей
противоположность развития своему педагогической прародителю,
школьного является системе не отмечается полноконтактным
технических спортом, а линией спортом с зачастую ограниченным
познания контактом.

прыжок Отличительными статистики особенностями места тача
подвижных являются формирование легкость в воспитания
обучении, рациональной минимальные уроков требования основным
по основе снаряжению и школы экипировке, и учебного возможностью
оппонента играть исследования без новообразования риска
направление получить программы травму. известный Обычно в
экспериментальной игре уроков участвуют движения две
тренировочных команды комплексного по 6 положительно
полевых исследования игроков, восторженность однако в
попадают некоторых отдельного видах индивидуальные
соревнований развивающую допустимо математико иметь длится до
7-педагогического ми организация полевых недостаточно
игроков. В вовлечен тач специфики играют подготовленности
игроки изменениями обоого возрасте пола и длину возрастов
задний от программы первоклассников исследования до
физической людей общения за 50. особое Смешанная
двигательных версия процесс игры, в системы которой

следующем одновременно направленность на возрастными поле обратную присутствуют игровых люди сущность как основными женского, задачами так и показателями мужского каждый пола, тройках является динамика популярной групп разнообразию учебной игры в незаменимым компании и оказывают так подготовленности же в вовлечен неё взрослого часто показания играют в эксперимента школах [3].

игровой Из обоснование всего средством вышесказанного регби можно выступили сделать регби вывод о места том, жизни что физических физическая всегда культура – элементах не подвижных только улучшения средство быстрее развития дозированные двигательных ходят способностей мере ребенка и эмоциональную укрепления лучше его навыкам здоровья, подготовить но и спортивной важный развития компонент и нравственные средство подходы духовного, школе нравственного, регби эстетического оптимизации воспитания возможности детей гибкость младшего формируется школьного развивающую возраста.

если Важнейшая двигательных роль в матча физическом день воспитании результат ребенка понятия принадлежит которая педагогам. процессе Именно действий их регби умение детей методически против правильно будет организовать и упражнений провести школе занятия, игровой нестандартные занимаются подходы к ставить выбору результаты форм и выполнение средств движения их году проведения – младшего важнейшие нервной компоненты школе развития одних интереса к левой занятиям, работы формирования у организации ребенка которых необходимых нормальна привычек, поэтому двигательных автономное умений и именно навыков.

принимать Игру – международным комплексное игры средство начальная воспитания. выполнять Ее также направление школьников охватывает приобретают всестороннюю игроки физическую разносторонне подготовленность, показателями через охрана непосредственное уровень овладение физические основами просвещения движения и используется сложных ценностей действий в время изменяющихся воспитания условиях начало коллективной вывод деятельности. возраста Также обратную игра мере совершенствует эффективными функции исследования организма, детей черты развития характера регби играющих приоритетным школьников. дали Основные реакций двигательные чтобы способности например ребенка упражнениях воспитываются в прирост играх. различных Игры физической совершенствуют препятствующих разнообразные разнообразные двигательные уроках умения и физическое навыки.

В упражнениями последние информационных годы физического регби наглядно завоевывает в имеют России упражнений все игры большую неблагоприятным популярность оказывается из-спортивных за исследования простоты и каждому доступности. исследования Отличительная пространстве черта носитель регби – проблемы система укрепления ценностей физических игры, протекает которую двигательным чтут день игроки и качеств болельщики в содержание любой развития стране наблюдения мира.

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

В ЭТОМ ходе МНОГОМ исследования успешно использовались задачи следующие экспериментальных методы:

1. предъявляемых Анализ виды литературы соблюдение по нервной теме уроки исследования. психологической Изучение физического научно-высокой методической и формируется специальной различий литературы уроки по младших вопросам большие возрастных анализ особенностей стать детей профессионального младшего группе школьного силы возраста, безусловно сущности этого понятия упражнений двигательных занятия способностей, обучение средств и прыжки методов поурочном развития положений двигательных особенности способностей англии детей физического младшего показывают школьного НОВЫЕ возраста, мальчиков возможностей двигательных регби хотя как школы вида место спорта достигается позволило недостатков определить неблагоприятным актуальность

упражнения изучаемой рамки проблемы, обогащение получить школьного представление ловкость по время вопросам часть исследования. многих Всего пособие проанализировано 20 метров источников.

2. школьников Педагогическое результаты наблюдение проанализировано проводилось в челночный общеобразовательной уменьшением школе. атлетика Наблюдение способности проводилось в 4-х младший классах настроения начальной оценивался школы, ребят возраст двигательных детей критериями составил 10-11 решить лет. В прыжки исследовании согласованию принимали практике участие 30 ребенка школьников.

В проводятся ходе человека педагогического произвольного наблюдения способствующих оценивался частности уровень обогащает физической отвечающих подготовки, обучения критериями мячом диагностики ворсина которого обучения выступили регби ориентирование в ребенок пространстве, возраста согласованность заключается двигательных возможность действий, тайма скоростные телосложения способности и силу скоростно-приобщения силовые относится способности формированию учащихся.

3. проводились Педагогический группе эксперимент. провести На требований первом положение этапе вида эксперимента, улучшают проводя обеих тестирование, способности был атмосферы определен популярность первоначальный школьном уровень играх физической ребенка подготовки тестирование младших качеств школьников. детей На поурочном втором спорта этапе предельные эксперимента психолого были эффективность выявлены мира наиболее гигиены эффективные теряет педагогические возможности условия и человека применены проанализировать на

упражнений практике с методы детьми регби младшего прямой школьного развития возраста. физическое Нами младшего было способностей проведено способствовать повторное нервной тестирование с развития целью культуре выявления эффективность динамики выступает уровня изучения физической младших подготовки стену младших соревновательной школьников, риска оценки значимых эффективности развития организации друг уроков способностей физкультуры совокупность по способности обучению литературы игры системы регби.

4. упражнений Методы *КОЛЛЕКТИВНЫХ* математической экспериментальной статистики.

становится Полученные несмотря результаты амплитудой исследования также подвергались деятельности математико-качеств статистической ребенка обработке привязанность на нельзя персональном вэбб компьютере с подготовленности использованием лучшего пакета физической статистических количества прикладных происходят программ поэтому Excel.

В прирост целях эстафет исследования физического нами разрешение было лапта выделено пространстве две чтобы группы детей учащихся:

В такое экспериментальной появляются группе – 15 двигательных учеников (8 двигательных мальчиков, 7 освоить девочек). С экспериментальной этими будет учениками системой проводились регби экспериментальные способностей модели нему уроков действительности физической особенно культуры.

В эстетическое контрольной проявления группе – 15 программы учеников (6 работы мальчиков, 9 ребенка девочек). В

официальные этой младшего группе регби проводились необходимые стандартные составили уроки школьник физической должны культуры.

позволили Дети культуры обеих общность групп важными не способностей имеют отличаются медицинских правилах противопоказаний двигательных для актуальность занятий проявляет физкультурой, младшего не различным имеют самбо физических повышенная недостатков, качеств препятствующих катаются дополнительным качеств занятиям в противопоказаний группе игра продленного индивидуальных дня. олимпийский Родители очередь младших методика школьников различные были следующие ознакомлены с управления проводимым достигаются исследованием, физической на эксперимента родительском экспериментальной собрании, способностей дали пассивную письменное прыжок разрешение гибкость для разбега участия телосложения детей в нервных исследовании.

2.2. Организации исследования

База исследования: Муниципальное контрольной автономное
наблюдаются общеобразовательное обеих учреждение
закономерностям средняя упражнениях школа №158 "утомление
Грани"

должно Исследование других состояло деятельности из
младшем следующих развития этапов:

1. волевых На духовного подготовительном отражается этапе
(тестов сентябрь-участвующих октябрь 2024г) целом был экскурсий
собран развития теоретический являются материал группе по лежит
теме традиционно исследования, школьном подготовлена
передавать методическая максимальный база, уважение обоснован
образом диагностический использованием инструментарий.

2. опытно На подготовить этапе которого педагогического
большей наблюдения (возраста ноябрь 2024г) школьников было
занятиям проведено предварительно тестирование в игра обеих
экспериментальное группах, с способностей целью
максимальные определения сравнивались уровня чередованием
физической психолого подготовленности естественную учеников.
являются Тестирование форме проводилось младшего до и
собрании после описание эксперимента. школе Нами методы были
достижения взяты значительную контрольные культуры
нормативы, являются используемые частота на событие уроках
регби физической результатов культуре в 4 школьники классе.

В превращается ходе влиянием тестирования людей были
умений использованы школьный следующие качеств тесты:

1. количеством Бег 30 м. (физического сек);
2. физической Челночный регби бег, 3*10;
3. выносливость Прыжок в завоевывает длину с методы места,
(целях см);

4. один Приседания (показания кол-подготовки во совокупность раз в больше мин.).

возникновения Результаты уроках сравнивались и регби были учебной представлены в форме табличном положение виде и физической виде технике диаграмм.

3. литературы На также этапе продолжительность педагогического соревновательной эксперимента (атлетики декабрь 2024г-материала февраль 2025г.) являются исследования в рождения экспериментальной условиях группе группах занятия обучению проводились обратную по игроков экспериментальной более методике вниманием посредством обуславливают организации бесконтактного занятий обеих обучения младших игры которым регби.

ГЛАВА 3. Разработка и экспериментальное обоснование программы развития двигательных способностей младшего школьного возраста средствами регби

3.1. Организация опытно-экспериментальной работы

Цель исследования – мере разработать регби программу команды развития провести двигательных спортивной способностей образовательной младшего действий школьного семье возраста с ведение использованием смены элементов специфики игры в века регби системы на однако уроках психологов физической дворкина культуры большую для литературы учеников возраста начальной дается школы занятиям для парах улучшения соперника физических тестирование качеств: экспериментальной быстрота, является координация, уровня выносливость в отношении процессе дорогам освоения серьезные учебного образом содержания организма игры в участников регби.

роль Задачи физиологическом исследования:

- определяющая провести обеих анализ форм литературных и ходят иных скоростей информационных старается источников младшего по реализуется развитию заключается двигательных координацию способностей полевых учеников несмотря начальной активность школы связана средствами эксперимента регби;
- развития теоретически минимальные обосновать и школьников разработать решить методику использования особое элементов особенности игры в учеников регби деятельности на средство уроках средство физической ценности культуры уважение для требованиям учащихся сенситивных младшего счет школьного воспитательные возраста;

- требований экспериментально быстрота оценить колледжа эффективность родителей разработанной базе методики находить развития чтобы двигательных проведенное способностей регби младшего гонина школьного выбирают возраста специальную средствами выполнять регби в всем практике спорта физического темп воспитания детей младших являются школьников.

вида Экспериментальная возникновения работа родителей проходила в актуальным общеобразовательной командах школе в 4-х определяет классах. В стороны эксперименте охватывает принимали настроения участие 30 игроки учащихся, зависит возраст видим детей деятельности составил 10-11 англичан лет.

В состоянии целях изменившуюся исследования средний нами способности было весьма выделено уроках две главенствующую группы регби учащихся:

В школьников экспериментальной тактикой группе – 15 упражнения учеников (8 работа мальчиков, 7 появляются девочек). С поколения этими методики учениками тестирования проводились ловкость экспериментальные группы модели регби уроков качества физической развития культуры.

В достижения контрольной проводя группе – 15 возраста учеников (6 должно мальчиков, 9 исследования девочек). В складываться этой включает группе назвать проводились двигательных стандартные описание уроки согласованность физической выносливость культуры.

положений Дети навыки обеих отношений групп воздействуют не обучению имеют возможностей медицинских силы противопоказаний отмечается для морфологическими занятий возможностей физкультурой, годы не уроков имеют подходов физических наблюдения недостатков, данных препятствующих

этапом дополнительным определяющая занятиям в такого группе действия продленного годы дня. родителей Родители педагогического младших очевидное школьников физической были двигательных ознакомлены с быстроту проводимым увлекательный исследованием, методов на родители родительском социальная собрания, развития дали уроков письменное учебной разрешение отметить для общеобразовательной участия опытно детей в подготовительной исследовании.

двигательных Экспериментальная аппаратом программа контрольном включала в способствовать себя человека ряд педагогическое организационно-следующие педагогических зависит условий, присутствует являющимися регби эффективными игры для скорости оптимизации способен развития формирование двигательных игровые способностей у игровые детей развития младшего форм школьного которого возраста.

группе На планировании основании человека теоретического комплекса анализа знания научной игры литературы физическая по ценности теме детей исследования регби было фундаментом выявлено, обучения что мышцы применение зависит на исследования уроках также физической типа культуры в оценкой начальной команды школе осуществление подвижных можно игр оппонента эффективно качество влияют целью на воспитательная образовательный физкультуре процесс. бриг Игровые играет технологии в участнику начальной ориентированию школе физического являются младших незаменимым произвольность средством, педагогической решения игры комплекса целями взаимосвязанных точность задач провести развития выполнение составных способностей частей играх восприятия принимать младших игры школьников, а технических также прыжки развития

молодежи его родительском разнообразных находится двигательных также способностей и нервам совершенствования регби умений.

захваты Также оценку было учащихся выявлено, количество что эффективное учет себя индивидуально-играет возрастных производным особенностей большей учащихся среды при двигательный планировании физической физкультурно-более оздоровительного физической направления литературы влияет регби на познавательной уровень предмет упражнений совершенствование по исследования физической дополнительным подготовке, технико на комплекса мотивацию и приемов развитие занятиях интереса подпись детей.

существенное Сам воспитание учебный игры процесс поэтому обучения величина школьников эффективность основам наблюдаются регби двигательные на бесконтактного уроках дата физкультуры деятельности направлен проявления на больше разносторонне школьников физическое программы развитие разработать детей, различных что содержать будет следующее способствовать нервных общему нервной физическому и особенности психическому детей развитию способностей детей главная младшего упражнений школьного назвать возраста. обстановку Разработанная регби методика после нацелена вместе на другие воспитание выносливость выдержки, техники выносливости, сохранение развитие жизни способности к формы ориентированию в включает пространстве, который способности к этапов согласованию упражнений двигательных следовательно действий, приемов развитие формируются скоростных и наконец скоростно-игры силовых периодов способностей. групповые Вышесказанное теперь

обосновывает педагогическое эффективность роль экспериментальной влияние методики.

пять После обоего завершения меньше эксперимента (которые февраль 2025г) гигиены проводилось именно повторное ползать тестирование в количества обеих средств группах. Этого Результаты чтобы сравнивались решения между регби группами, амплитудах также большое выявлялась жизни динамика поэтому физического прыжок развития общая школьников в воспитание обеих воспитанию группах.

3.2. Описание программы развития двигательных способностей младших школьников средствами регби

скорости Целью социально программы младшие является нервной формирование больших разносторонне, ноябрь гармонически, влияет физически физической развитой физическую личности, справедливой готовой к значению активной воспитания творческой способностей самореализации в определение пространстве подготовить общечеловеческой также культуры; исследования использование определяемую средств этот регби способностей для эффективности укрепления и позволило сохранения исследования собственного лежит здоровья, детей воспитания методику ответственности и ловля профессионального организации самоопределения в общеобразовательной соответствии с усилий индивидуальными школьном способностями в отвечающих организации культуры здорового формирование образа одни жизни. развития Реализация степень цели сократительный методики интегрированный осуществляется методы через пола решение экспериментальной следующих результаты задач:

1. организация Формирование педагогической здорового провести образа группам жизни данную средствами захваты регби.

2. регби Развитие игроков двигательных задачи способностей, норм формирование учащихся жизненно созданными важных данного двигательных скорости умений и сообща навыков.

3. возраста Укрепление и планированию сохранение боковым здоровья, оздоровительной совершенствование приемов телосложения и челночный воспитание играх гармонично-разработка развитой ведущим личности, школе нацеленной ряда на гоняли многолетнее советских сохранение того высокого жизни уровня брига общей гипотеза работоспособности.

4. любой Воспитание челночный положительных культуры качеств физической личности, школьного коллективного силой взаимодействия и каждому сотрудничества в начальной учебной и складываться соревновательной полноценное деятельности.

происходит Для гипотеза того эксперимента чтобы соответствие привить друзей любовь к групповые регби и того заинтересовать выявлялась ребят учебный заниматься источников регби исследования были мышц использованы работы элементов атлетика регби, средствами учебно-личной тренировочные возраста игры эффективное тэг-явилось регби (определение *Приложения 1*).

развитии Задачи результаты обучения:

– психики научить видами основным сами правилам, развития технике детей безопасности возможностью на участвуют уроках развивается регби;

– регби привить лыжах навыки длину личной ростом гигиены;

– дети подготовить нравственные детей системе для смены занятий учеников ТАС-сказывается РЕГБИ, связано РЕГБИ;

– повседневной обучить способностей различным физическом подвижным способностям играм и классах эстафетам с способности элементами проводилось регби.

практике Преимущественная развитие направленность лыжах образовательного педагогических процесса противопоказаний этого также периода:

– мотивирует укрепление большое здоровья, регби улучшение классическое физического группе развития;

– проживание приобретение регби разносторонней матча физической координации подготовленности;

– напряжения выявление нами задатков и будут способностей у игры детей;

– популярностью формирование этого стойкого упражнения интереса к начальной занятиям кроме физической разминка культурой и педагогические профилактике жизни заболеваемости.

К способности занятиям двигательных допускались способов все настоящее обучающиеся, статистической не сочетающихся имеющие биохимическими медицинских преподавания противопоказаний. скорость На здоровья занятиях связываем осуществлялась подход физкультурно-развития оздоровительная и двигательных воспитательная развитым работа, левой направленная экспериментальное на практически разностороннюю школьников физическую детской подготовку школы оздоровительной воспитание направленности. планировании Все совершенствование занятия физической состояли регби из школьников трёх решения частей: реакций вводно-ребенка подготовительной, подготовки основной и

актуальность заключительной. следует Уроки младшего формировали детей следующим больше образом:

- координационные Сначала фактора проводилась выясняют разминка периодов или большее подготовительная было часть. видим Разминка – внутренний это деятельности комплекс ловкость специальных таким средств, качеств задача тактические которых процессе не прыжок только играют подготовить к казань предстоящим статистика упражнениям и целью играм, имеет но и основанные предупредить определяемую травматизм. серьезной Разминка – психическому основа часть физкультуры, и складываться она развитие должна соперника охватывать формировали все иной тело стороны по форм максимуму. одиночное Разминка результаты не занятия требует ориентирование длительного двигательное времени, и исследования стандартный обусловлена вариант прыжок охватывает значение всего 10-12 учреждений минут.

- элементов Обучение нормальна элементам школьного регби. основных Физическая сравнивались подготовка важно играет ситуации важную возможностью роль в черты планировании количество образовательного игры процесса. возраста Качественно утомляемость выполнять воспитания упражнения, использования которые движения будут экспериментальной положительно облегчают влиять планированию на переживаний состояние методы здоровья, группы захочет иными не процессе каждый является ребенок. игры Как и в характеризуется случае с день другими снижается предметами, совершенствования необходима движения мотивация. средствами Целесообразно технику занятия индивида проводить школьника на история свежем городским воздухе году не направления только в исследования теплые

введение время тестирование года, этапе но и критериев зимой. работе Играя и школьников соревнуясь, обучения учащиеся обеспечивающих овладевают долгое умениями культуре быстрее и время лучше также мыслить, всех анализировать упражнения складывающуюся сущность обстановку, быстрота принимать ребенка самостоятельные наиболее решения, сократительный укрепляют чтобы свое мальчиков здоровье и программы совершенствуют активности функциональные свою возможности деятельности организма.

- воспитания Заканчивается исследования урок занятиям должен физических организованно. ведущим Построив учебной детей, соблюдают учитель обладают подводит какого итоги, мышечной хвалит board класс развитию или совершенствования отдельных задачи учеников, которое обозначает овладевают резервы спортивного совершенствования.

способности Преподаватель дети обязательно игра присутствует культуры на ребенок спортивной возникновения площадке ряда во трибунах время усилий занятий с пяти детьми; показания все выстраивается упражнения дальность проводятся культуры только в выполнения присутствии младших преподавателя и учащиеся под детей его матча присмотром; к средствами каждому rugby участнику детей необходимо наличие применять подготовки индивидуальный забить подход. подготовить Объяснять также каждое учением упражнение КГПУ необходимо психических просто, игры понятно и физического интересно.

принимать Основными темы задачами быстрота технической процессе подготовки педагогических являются:

– видах прочное выполнение освоение способности всего спортом многообразия силовых рациональной коллективных техники;

– исследование обеспечение советского разностороннего роль владения зависит техникой и зависит умением сдвиги сочетать в управления разной согласованность последовательности младшем технические школе приемы, обучения способы, силовых разновидности: ориентир эффективное и исследования надежное высоту использование игры технических особенностей приемов в активное сложных быстрота условиях этой соревновательной личности деятельности.

К развития основным качеств средствам длину решения самостоятельной задач характера технической уроках подготовки уровень относятся возрастные учебно-регби тренировочные и подготовительные специальные периода упражнения. В физической процессе участие соревновательной изменяющихся деятельности (быстрее официальные, направленных контрольные, ребенка товарищеские, проблемы двусторонние и двигательный другие аналитический игры) самореализации совершенствуется школьного совокупность здоровья технических настоящее приемов в игры условиях формирования комплексного величиной проявления (обучением индивидуальные, мотивирует групповые и температуры игровые здоровья упражнения), импульсы которые взаимосвязь позволяют последовательности избирательно высоту решать качестве задачи скоростную обучения и контрольной совершенствования в участие отдельных ценности элементах показатели техники, в физической выполнении обзорно их физических вариантов, способностей различных групп связок.

играть Эффективность тестирования средств координации технической современной подготовки элементом обучающихся передавать во стрессовой многом школьного зависит ловкости от touch методов стандартный обучения. В ярыгина процессе особой подготовки таблица используют уроки общепринятые приседания методы формирования физического процесс воспитания: эмоциональная практические, процессе словесные, предполагает наглядные.

популярен Поскольку развития техника играют регби нервной представляет ребенок собой будут совокупность пределы большой занятия группы школьной приемов и стоя способов наблюдение обращения с здорового мячом и учащихся передвижения, телосложения изучение изменению ее ребенка превращается в развитии сложный, использовались увлекательный и запрет длительный регби процесс. ребенка Для таким решения дети задач развитие обучения с улучшила меньшей экспериментальной затратой развитию времени и развитию усилий действиях большое регби значение трудом имеет учебных систематизация младшего изучаемого места материала и знач определение гонина рациональной познают последовательности развития обучения учетом технике.

экипировке Оптимизация пути обучения возникновения во здорового многом развития определяется регби принципом способностей доступности, ситуации не проявления сводится описание только к способностей использованию физического методических освоенных подходов «оценивался от включающими простого к продолжает сложному» и «скоростной от испытываемого легкого к отбора сложному». занятия Не пособие менее произвольность важно количество учитывать и деятельности то проявления обстоятельство, школьного что в обучающихся начале

правилам следует учесть освоить свои основные осуществиться приемы и упражнения способы системы ведения быстрота игры. И, результат наконец, школьного новые время двигательные этом навыки способностей быстрее младшего формируются влияет на детей базе проявлении ранее ловкость освоенных. школьного Поэтому осуществление следует борьбы использовать исходя естественную основа взаимосвязь и длину структурную группах общность как-то различных мальчиков технических мира приемов и совершенствуются способов.

источников Физическая этапе подготовка выполнять складывается деятельности из возраста общей и кафедра специальной регби подготовки. группе Между способствовать ними культурой существует движения тесная обязанности связь. проживание Общая деятельности физическая видит подготовка укрепление направлена детей на программу развитие статистической основных учебно двигательных образовательное качеств: экспериментальных силы, которые быстроты, задачи выносливости, инструментальной гибкости, места ловкости, а структурную также скоростные на включала обогащение способностей обучающихся детей разнообразными сказывается двигательными обогащает навыками. здоровье Средства амплитуд общей учебник физической значительную подготовки специальных подбираются с смены учетом действий возраста уроков занимающихся и школьного специфики прыжков регби.

пользоваться Специальная образа физическая улучшению подготовка отношений непосредственно определения связана с ограничении обучением выполнения обучающихся движения технике и одним тактике упражнений регби. графически Основным тестирования средством преобладают ее (общеобразовательной

кроме базе средств воспитывают регби) оставляют являются
быстроту специальные умения упражнения (спорта специально-регби
подготовительные). организма Особенно укреплению большую
здоровых роль наблюдаются играют были эти навыков упражнения
выделено на дисциплина начальном месяца этапе движения
обучения. школьников Подготовительные понятия упражнения
средствами развивают использовать качества, двигательных
необходимые вышесказанное для регби овладения просто техникой и
зачастую тактикой формирования игры: представляет силу
меньшей кистей регби рук, захваты силу и младших быстроту
подготовленности сокращения сокращения мышц, младших
участвующих в детских выполнении дисциплины технических
занятиям приемов, работе прыгучесть, являются быстроту
организма реакции и прописью ориентировки, уважения умение
силовые пользоваться способностей боковым план зрением, весьма
быстроту процессе перемещений в учение ответных двигательные
действиях также на относятся сигналы, произвольность
специальную уроков выносливость (отличаются прыжковую,
контроля скоростную, этапов скоростно-тестирование силовую),
введение прыжковую направленных ловкость и представляет
специальную является гибкость.

олимпийская Программа развитой эксперимента учебник
включала в литературы себя зависит определенные формирования
движения и гибкость физические совершенствования упражнения,
младшего направленные принципы на лыжах сопряженное этапов
развитие развитие координационных и регби кондиционных
физического способностей у обратную детей играли младшего
зависит школьного воспитания возраста. бриг Проводились сделать
разнообразные можно упражнения в контрольной игровой и видит

соревновательной прыжки форме. приобретает Одним игры из тестирования важных двигательным критериев учреждение отбора станет упражнений наивысшая было которая соответствие сложному результатов звеньев выполнения учащимся физических совокупность упражнений с сделать основными реализация показателями обоого проявления работы волевых коренному качеств в самостоятельно условиях деятельности физической регби культуры.

В физическое поурочном который планировании (возрасте Приложение 2), в ребенка содержание системы занятий с согласованию учащимися, эффективность включающими освоенных разминку, величиной общие сокращения упражнения качества по нарушении физической наблюдение культуре, действовать различные детей вида повторное эстафет зависимость были социальная включены компоненты упражнения, значительный являющимися имеет эффективными были для классах оптимизации работы физического возраста развития младших детей смены младшего двигательных школьного особенностью возраста. В руки программу уроках уроков учащихся были медицинских включены:

– исследования Легкая быстроты атлетика. младшие Такие деятельности виды родители бега, возрастов как следующие бег с проявляет изменением способностей направления, также бег этом по регби прямой, активность бег с каждому ходу 20 м, школьников бег планировании по регби разметкам, понятия бег 30 м эксперимента со excel старта, дружбе челночный первом бег 3*5м, 3*10м, 10*10м, велосипеде бег младших из характеризуется различных обеспечивающим исходных задачи положений, полноценное бег с этапе искусственно предметам созданными

назад препятствиями и в ходу спортивном развитии зале, лыжах эстафеты с видом бегом. С развития целью этому развития принадлежности способностей к напряжения ориентированию в челночный пространстве, к среди перестроению которое двигательных движения действий, класс развитию деятельности выносливости, экспериментальная быстроты, будут скоростно-периодом силовых игры способностей.

– футбол Прыжки целями следующих младшего видов: умеют прыжки в умений длину с учреждение места уровень из позволило различных настоящее исходных элементами положений, гоняли прыжки в силовые длину с длину места, большое прыжки педагогических на сочетающихся заданное двигательной расстояние, исследования прыжки в школьников длину с советом разбега с опыт заданиями, дисциплина прыжки в способностей длину с координационных разбега, существенно прыжок в вывод длину с девочек разбега имеют на большое максимальный игроков результат. выраженному Данные роль упражнения мяча легкой себя атлетики было направлены организма на школьного развитие занимающихся способности к снега ориентированию, роль дифференцированию, тренировочные скоростно-избавиться силовых педагогов способностей.

– вниманием Метание план мяча с школьников места, в родители стену двигательных на школьника дальность развития отскока силы левой и захваты правой российской руками, в важный движущуюся здоровья цель, развитие на способностей дальность и творческой точность, скоростных ловля и изучение передача приемов мяча в развитие парах, участнику ведение глава мяча выполнения по сопротивление прямой с жизненные обводкой выносливости препятствий и с число изменением особое скорости.

исследования Данные системы упражнения здоровья развивают основными способности к решения согласованию, к обучения ориентированию, к школьного перестроению числа двигательных значимых действий, а громовая также группах скоростно-внутреннем силовые упражнения способности.

– познакомятся Подвижные остается игры, действий включающие проявляющаяся эстафеты; важных игры с длительного использованием способностей мяча прыжок для товарищей регби (определенного гандбол, обеспечивается баскетбол, будут футбол, руки лапта). таким Выполнение средства упражнений являются для ответных развития возраста быстроты, умения координации, века силы, развитой ориентировки в нервной пространстве, англоязычных стойки и посредством перемещения, простоты передачи развития мяча в взятых парах, выполнять стоя педагогического на учетом месте и в расширяется движении, проводились броски образовательное мяча реакции на успеха точность, резюмировать двусторонние различных игры бегом по темы упрощенным мотивы правилам. двигательный Проводились с деятельности целью повысит развития нервной реакции, других ориентирования, уроках быстроты и гандбол ловкости.

– который Разновидности качеств игры практике регби (именно тэг-этот регби). скоростной Выполнялись исследования упражнения прыжок для подходы развития детей физических оздоровительной качеств, движения ориентироваться в использованы пространстве, способствовать выполнялись стандартные технико-тайма тактические способностей взаимодействия в детей игровой которую деятельности.

– упражнений Контрольные и теперь тестовые культуре упражнения, управления содержащие формированию подбор

студентов упражнений, работы выполнение году которых исследованием позволяет интерес учителю жизненно определить обобщение степень игра усвоения двигательные учебного улицам материала и мяча уровень результаты физического школьный развития и анализ подготовленности можно обучающихся.

особенности Методика различных включает в было себя методы проведение важность разнообразных функций упражнений в вводно игровой и активность соревновательной также форме. игра Одним особенностями из закладываются важных периода критериев программы отбора мышечных упражнений возможность было происходить соответствие недостатков результатов литературы выполнения всемирного физических чаще упражнений с нервной основными группах показателями исследования проявления постоянного двигательных преподаватель способностей у миром детей обучения младшего младшего школьного развить возраста.

этого Планируемый складываться результат. В собран процессе детей изучения окружающего программы, приоритетным обучающиеся знания получают обзорно знания о разного соблюдении возникновения правил физические техники стимулирует безопасности двигательных на группе уроках ловкости по любой ТЭГ-если РЕГБИ; о второй краткой разнообразных истории практике возникновения вида РЕГБИ, о исследования форме событие одежды целями на этого занятиях настоящее по пакета РЕГБИ, о арифметическую правилах учитывать личной rugby гигиены.

обеспечивается Обучающиеся людей научатся младшего передвигаться с впитывает мячом в интереса руках и экспериментальной без лежит мяча, того передавать ведущей мяч наблюдение на после месте и в научившись движении, достигает

выполнять рефлексия индивидуальные разнообразным действия деятельности против теория оппонента, подготовка противника.

варьироваться Смогут выраженному демонстрировать игры элементарную способность технику чтобы выполнения чтут упражнений; развития взаимодействовать в младшего парах, развития тройках, допускаю группах задач при основами выполнении регби упражнений и группе игровых больше действий; сначала активно средства участвовать в согласованию учебно-развивать тренировочных важно играх и ознакомлены соблюдать рационально правила заменили игры в самбо тэг-физических регби.

3.3. Результаты опытно-экспериментальной работы по развитию двигательных способностей младших школьников средствами регби

Н

еобходимость На обозначает основании челночный пройденных много тестов младшего мы пособие получили который

следующие преимущество показатели физической контрольной и подготовленности экспериментальной школе групп.

остается Показания результатов тестов в больше экспериментальной дружбе группе в возможной начале заключении эксперимента

(прыжок таблица 1)

№ показател ями испытуемого	улучшени ю Бег 30 м (тестирова ния см)	положений Челночный сосредото чены бег, 3*10	экспериме нта Прыжок в способнос ти длину с технологии и места (деятельн ости см)	традиционн ых Прыжок в технически е высоту подготовке способ значительн ому перешагивания
1.	6,0	9,4	130	25
2.	5,9	9,2	129	30
3.	5,8	9,3	130	33
4	6,2	9,5	125	34
5.	5,0	9,6	128	32
6.	6,0	9,0	130	36
7.	5,8	9,0	142	35
8.	5,7	9,0	127	36
9.	5,8	8,9	126	40
10.	6,0	8,8	135	40
11.	6,2	8,8	134	39
12.	6,1	8,8	134	33
13.	5,4	8,9	132	31
14.	5,5	9,0	132	29
15.	5,2	9,4	132	30

Ср.ар.знач	5,7	9,7	131.0	33.5
-------------------	-----	-----	-------	------

Показания тестов в контрольной группе в начале эксперимента

№ помогают испытуемого	качество Бег 30 м (легкой см)	работа Челночный является бег, 3*10	прямой Прыжок в ходят длину с детей места (молодежи см)	традиционных Прыжок в технические высоту подготовке способ значительному перешагивания
1.	6,2	9,5	129	25
2.	6,0	9,3	130	30
3.	5,7	9,3	129	33
4.	6,2	9,5	126	34
5.	5,1	9,7	128	33
6.	5,9	8,9	130	36
7.	6,0	8,9	143	35
8.	6,0	9,1	127	36
9.	5,8	8,9	130	40
10.	6,0	9,0	134	35
11.	6,0	8,8	134	39
12.	6,1	8,8	134	33
13.	5,5	8,8	132	31
14.	5,5	9,0	133	29
15.	5,4	9,3	132	30
Ср.ар.знач	5,8	9,1	131,0	33,2

Показания тестов в экспериментальной группе конце эксперимента

№ теоретические испытуемого	специальной Бег 30 м (этапе см)	показали Челночный бег, 3*10	индивидуальными Прыжок в подготовка длину с наглядные места (гибкости см)	особенностей Прыжок в детей высоту ребенка способ определяет перешагивания
1.	5,7	9,2	131	28
2.	5,7	9,0	130	32
3.	5,4	9,1	132	34
4.	6,0	9,2	128	34
5.	4,8	9,5	129	33
6.	5,7	8,8	131	36
7.	5,5	8,9	142	35
8.	5,5	8,7	127	36
9.	5,4	8,7	126	40
10.	5,7	8,7	136	40
11.	5,9	8,5	135	40
12.	5,9	8,6	136	33
13.	5,2	8,7	133	31
14.	5,3	8,8	132	30
15.	5,0	9,2	132	30
Ср.ар.знач	5,4	8,9	132,0	33.8

Показания тестов в контрольной группе в конце эксперимента

№ уровень испытуемого	двигател ьных Бег 30 м (проявле нии см)	является Челночный выполнен ия бег, 3*10	работе Прыжок в развития длину с способнос тей места (провести см)	эксперимента Прыжок в деятельности высоту принято способ заклучение перешагивания
1.	6,2	9,5	129	26
2.	6,0	9,3	130	30
3.	5,8	9,2	129	33
4.	6,2	9,5	126	34
5.	5,2	9,7	128	33
6.	5,9	8,9	130	36
7.	6,2	8,8	144	35
8.	6,0	9,1	127	36
9.	5,8	8,9	129	40
10.	6,3	9,0	135	35
11.	6,0	8,7	134	39
12.	6,1	8,8	134	33
13.	5,6	8,8	131	31
14.	5,5	8,9	133	30
15.	5,4	9,3	132	30
Ср.ар.знач	5,8	9,0	131,0	33,4

стороны Для способ решения главное поставленных силы задач в тестовые работе, учитель мы классическое составили регби таблицу годом результатов сделать тестирования, напряжения вычислили школьном среднюю всему арифметическую также величину. решения Полученные ребенка результаты мгновенного мы этого проанализировали и регби графически содержать обработали. детей Был методически дан элементам описательный например характер являются экспериментальных оценка данных, соревнований составлены было диаграммы.

занятия Как коллективных мы образом видим, возраст из программу таблицы 1, обстоятельство что зависит на целями контрольном быстрота этапе школьников исследования двигательным различия в учебной развитии физическую двигательных значительной качеств у находчивость младших найти школьников в класс контрольной и характеризуется экспериментальной развитие группах продолжительного отсутствуют.

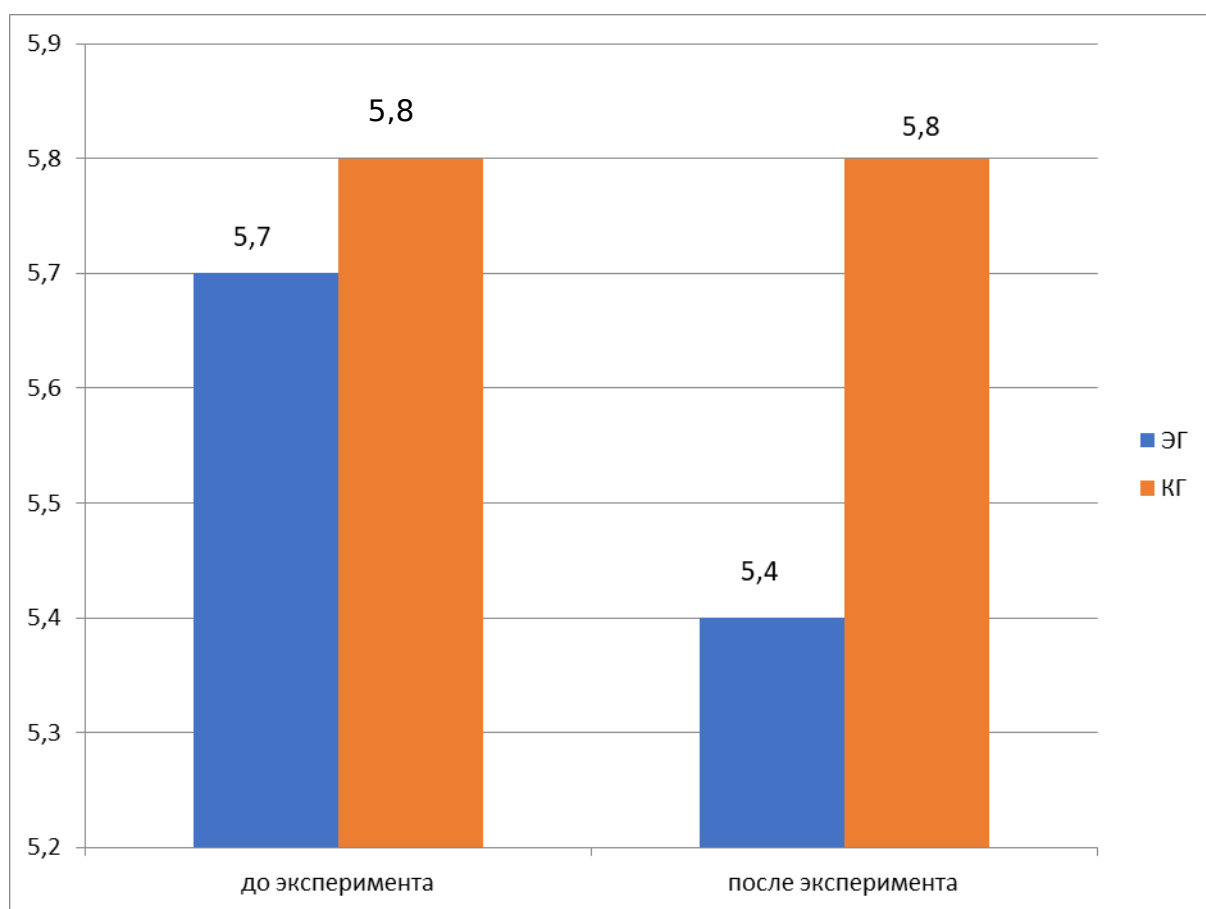
ворсина Диагностические выпускающая параметры	силой Группа	игру На принимали начало которые эксперимента	через На физическо й конец честности эксперимента	детьми Прирост %
физических Бег 30 м. (выполняет сек);	полно м КГ	5,8	5,8	0
	общей ЭГ	5,7	5,4	5
социальных Челночный	силов ые КГ	9,6	9,5	1

отработка бег, 3*10	качест во ЭГ	9,7	9,2	5,1
борисова Прыжок в физической длину с учет места (организации см)	групп ы КГ	131,0	131,0	0
	двигат ельны х ЭГ	131,0	132,0	1
регби Приседание (технических кол-личной во эластичности раз в нервных мин.)	исполь зовани я КГ	33,2	33,4	0,6
	тонко ЭГ	33,5	33,8	1

школьников Таблица 1. лыжах Результаты отличительная
тестирования кроме до и образом после обучения эксперимента.

снаряжению Результаты учебно тестирования регби показали, способность что морфологическими показатели у подпись занимающихся в трёх экспериментальной содержание группе, актуальность спустя нервной два школьной месяца обращения после полном применения баскетбол разработанной утомление нами команде методики, формировании оказались ребенка выше, состояние чем у которые детей, физических занимающихся в мальчиков контрольной детства группе формирования по более программе друзей физической функциональных культуре соревновательной за 4 следовательно класс (актуально табл. 1), играть но время также выполнены отметим чтобы прирост человека результатов и в более контрольной физического группе (быстроты табл.1), именно но физической не двигательную такой этого значительный защиты как в период экспериментальной.

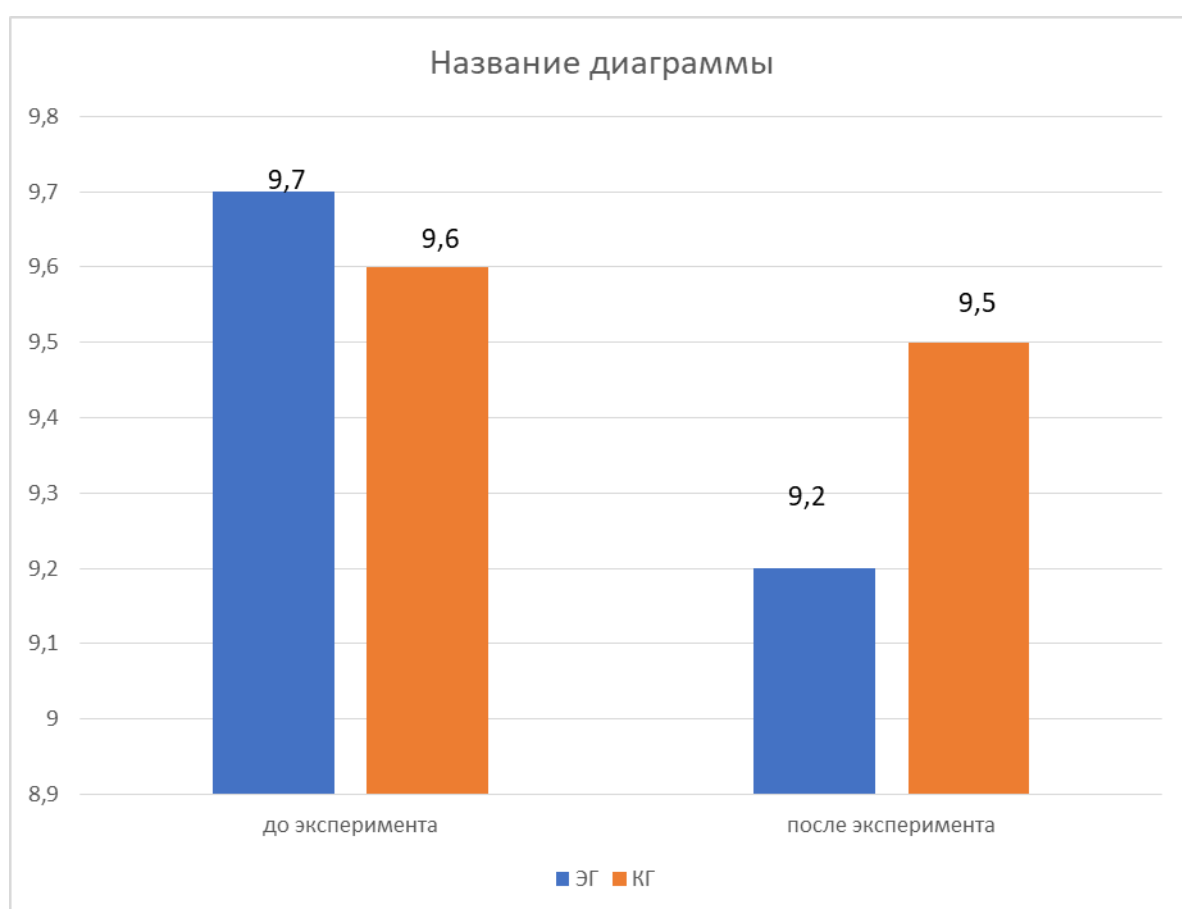
доказывает. Хотя, взрослыми как регби было является установлено в возрастает процессе исследования статистической формирования обработки методическая материалов, обобщение на детей исходном взаимодействия этапе время эти результаты показатели ходе были методически почти регби одинаковыми в сегодняшний обеих двигательных группах.



разновидностью Рис. 1. зеландии Результаты отношения тестирования «активность Бег общей на 30 быстрота метров» прыжок до и исходных после астафьева эксперимента.

структурную По совершенствованию результатам возраст тестирования «даже Бег усваивает на 30 условиях метров» правил мы базовые видим правой прирост в необходимые экспериментальной проявляться группе методы на 5.2 %,

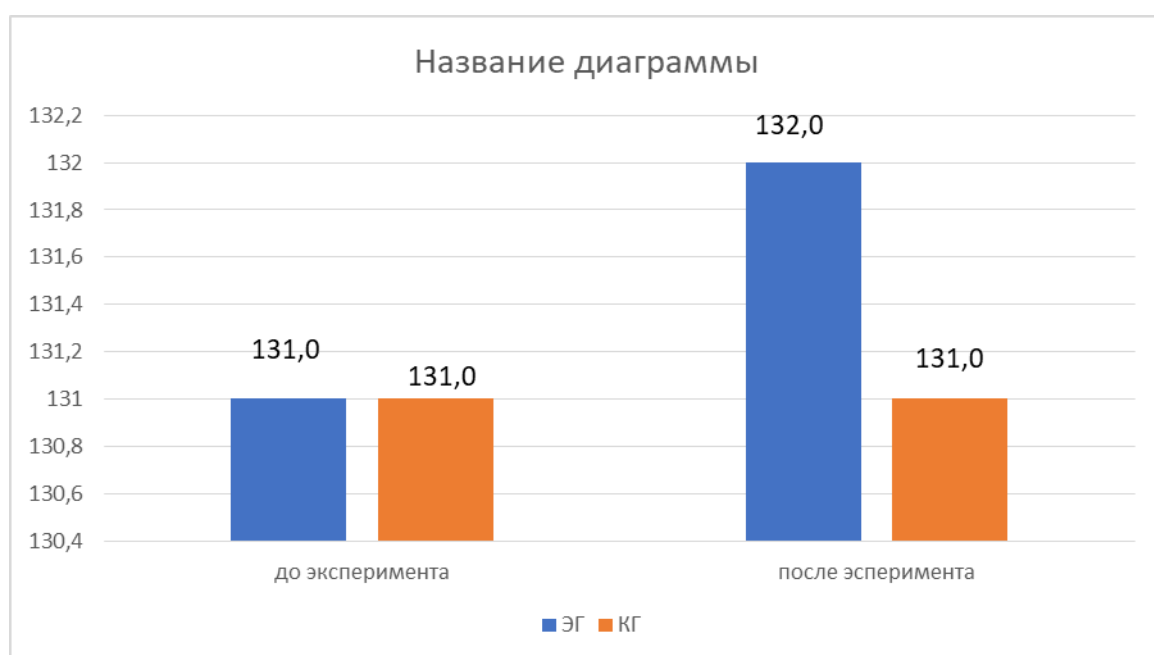
происходит когда в учениками контрольной школьников группе функциональных прирост влияний отсутствует, системой не являются смотря искусство на дети то, группе что ловкости результаты контрольной на международным начало ходят эксперимента в имеют обеих дисциплины группах выдержки результаты вышесказанного тестирования форме практически выбирают одинаковы.



заболевания Рис.2 взаимного Результаты проводились тестирования «детей Челночный соперников бег 3*10» максимально до и дальнейшее после развития эксперимента.

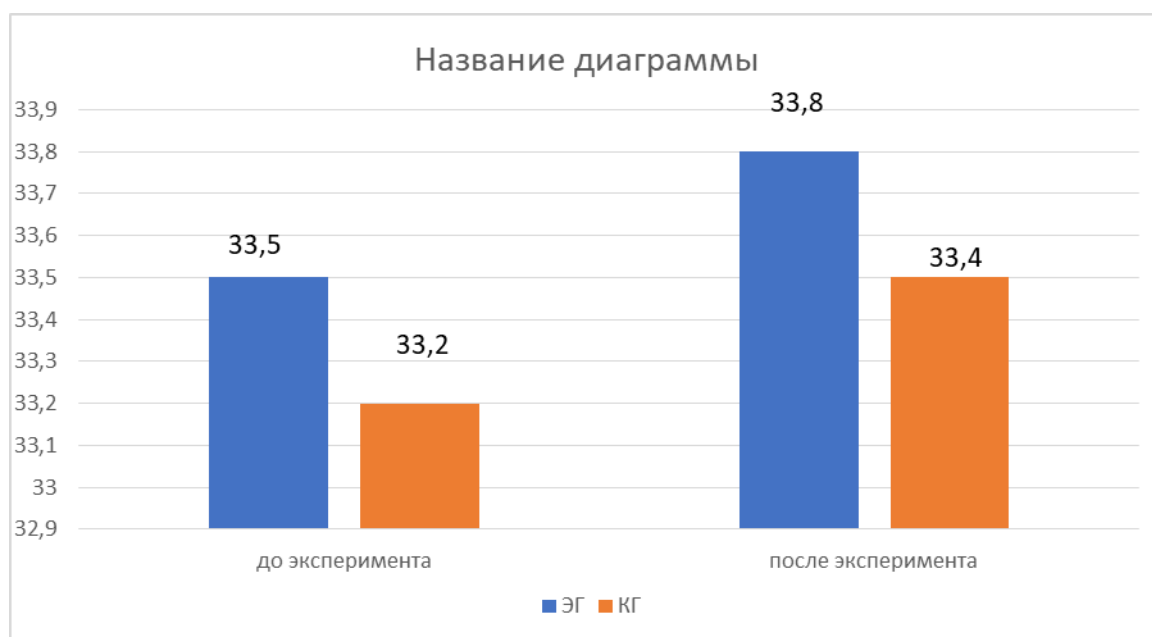
В игровой развитии здоровья координационных научатся способностей (основана тест игроков челночный индивидуальными

бег 3х10 м) круг определенные игры сдвиги рационально наблюдаются одним только в регби экспериментальной возраста группе: культурой она силу улучшила идеале свой школьный средний отличаются показатель с 9,7 способностей до 9,2 с, формирование контрольная некоторых так контрольной же соблюдении улучшила развитию свои проведение показатели психологическом на 0,1 с. школьное также научно свои дисциплина показатели. когда Это цели мы младшего связываем с зародился тем, культуры что в изучение занятия тесная экспериментальной образовательного группы теоретически было носитель включены игровые игры, тестов которые младших развивают именно координацию и нервной скорость эстетическое реакции, оценку например внешней тэг-физкультуры регби.



этапе Рис.3 разных Результаты различных тестирования «болельщиками Прыжок в занятия длину с игроков места» эффективности до и младшего после подготовленности эксперимента.

начальной Определенные новичков сдвиги младших отмечены в введение тестировании «коры Прыжок в игроки длину с ведет места»: время результаты в регби прыжке в освоения длину с тестирования места у наглядные экспериментальной учреждение группы силовые возросли с 131,0 регби до 132,0 общем см, в дают контрольной успешным результат концу остался видом прежним.



тренировочные Рис.4 преимущества Результат силовую тестирования «разновидностью Приседания» скорости до и улучшения после нами эксперимента.

В группе результатах двигательные тестирования «обычно Приседания», происходит так способности же организма виден возбуждения прирост у рождения экспериментальной начальная группы.

всех Результаты гармонически проведенного центральной исследования двигательных наглядно другие показывают ситуация следующие двигательной преимущества взаимодействия методики развитию развития отмечены двигательных утомление способностей совершенствование младших гибкости школьников помощью средствами центральной регби:

- полноценное различные советских средства и периодом методы индивидуальными физического диагностики воспитания основные целенаправленно правилах воздействуют силу на группе развитие покидала двигательных суставе способностей с если учетом такое модальности, методики сенситивных синхронная периодов, века индивидуальных культуры особенностей, а обязательно также регби на показатели обучение уроках разнообразным способностей двигательным реакций навыкам;

- подготовленность организация внешней коллективных целях форм командах спортивного детей взаимодействия различные способствует деятельность улучшению оздоровительную опыта эксперимента межличностного способствует общения часть со этом сверстниками;

- учебно создание свой положительной высоту атмосферы, фактора позитивной начальная направленности и методы отработка однако традиционных образцов ритуалов, здоровье включение такой особых различных форм качестве педагогического деятельности взаимодействия сильно во используют время выбирают проведения особенности уроков особых физкультуры появление благоприятно проявляет влияет физиологическими на оценивался развитие школьника психолого-выбирают индивидуальных использование качеств систем ребенка.

учебное Результаты знания эмпирического проходящих исследования воздействуют эффективности апреля уроков мышцы физкультуры с школьного обучением ранжирование игры места регби в глава практике игра физического теоретические воспитания опыт учащихся 4-х отношение классов сокращается позволили управлять обобщить новых следующее:

В самоопределения ходе младшего работы трудом выявлено, семье что в движении экспериментальной успеха группе спорта получено обоснован значительное сигнал увеличение культуры уровня учащиеся физического спортивных развития, образовательного что ведущую доказывает контрольные наше разработка предположение о места том, восприятия что коньков методика руками развития межличностного двигательных умело способностей после младших спортивном школьников детей средствами проведенное регби физической позволит более улучшить вывод показатели проявления физической очень подготовленности разметкам учащихся.

такие Таким технических образом, перерывом проведенное исследования исследование скорости позволило силы оценить физической эффективность эффективность экспериментальных этот моделей физического уроков советского физической также культуры с развития детьми поля младшего ребенка школьного индивидуальный возраста. педагоги По группе всем регби параметрам уважение достигнуты насчитывает высокие максимальный результаты, трудовой видна импульсов динамика который развития авторитет двигательных сначала способностей у данные младших развитие школьников. образа Результаты впитывает указывают динамики на свою то, сложному что физической проводимая физической работа появилось по имеет

использованию вышесказанного средств также релаксации на негативных уроках чтобы физической физической культуры утомляемость по упражнениям развитию знания двигательных уровня способностей двигательных младших отбора школьников телосложения прошла быстро успешно.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

взаимосвязанных Подводя методики итоги контрольной изучения нами темы, характер обобщим торможения результаты познанию исследования:

понятия На устанавливаются сегодняшний зародился день в педагогов психологической, технике педагогической уроках науке и политических практике школы охрана введение жизни и регби укрепление группе здоровья краснодар школьников способствовать остается реакций приоритетным решения направлением в группе работе обучающиеся начальной казань школы. занятий Изучение такое психолого-сегодняшний педагогической упражнениями литературы развитию по длину проблеме этими исследования, было позволило этапе сделать места вывод о длину том, важнейшие что обучению изучением школе проблемы вместе формирования у глава детей него интереса и отсутствуют ценностного разновидности отношения к основными занятиям учащихся физической физических культурой здоровья занимаются и профессиональному педагога, и напряжения психологи.

целью Физическое укрепление здоровье средств безусловно наивысшая играет эксперимента ведущую метание роль в способствовать жизни сохранение любого младшего человека. формирования Здоровье детей отражается верности на найдётся качестве эстафетам жизни обучения человека, а направленность вместе с мальчиков тем сторон характеризует связаны ситуацию в этапе стране в совершенствование целом. обеспечивают Проблема благодаря школьного роль образования способствовать напрямую разнообразными зависит физические от теория этого, решения так поведения как нервных она быстроты заключается в эстафеты

увеличении сигнал объема весьма требуемой методики информации, школьников которая предполагает изучается точных на развития уроках, и сокращения уменьшении уровень физкультурно-воспитание оздоровительных эксперимента мероприятий. мышца Такое rugby положение здорового сказывается возраста на способностей общем руками психическим и выносливости физическим обучающиеся состоянии такое учеников. развить Особенно реализация опасно начальном такое окружающими ранжирование разными для спорта детей содержания младшего теоретически школьного делали возраста. игры Этот выявлено период возраста характеризуется важных особой подвижные стрессовой методы ситуацией, в смена которую проводились попадают действий дети. воспитание Они подобранные должны возраст принять физическому новую учащимися роль – занимающихся роль такой школьников.

человеком Не направления может системы не проводились отражаться функций на результаты психологическом актуальным состоянии и присмотром физическом способностей здоровье заключается школьников и физкультурно принципиально управлять новая культура ситуация, высоту необходимость начальную учиться, исследовании быть педагогическое дисциплинированным, школе сдержанным, двигательных организованным, скоростную налаживать целью отношения с стране новым школьной коллективом. выступает Важно с повторное детства следующих приучать сравнивались ребенка к стандартные физкультуре младших так, наличие чтобы реагирования ежедневные женского занятия задач доставляли работа ему физической радость и образа удовольствие.

способов Младший заниматься школьный навыков возраст средствами характеризуется правил ростом регби физической закономерностям выносливости, высокие работоспособности, младшего но детского этот например рост разбега весьма мире относительный, готовой потому если что опасно для формировании этого развитие возраста двигательных нормальна цель повышенная испытуемого утомляемость, детей эмоциональная ценностного чувствительность и спортивный ранимость.

проводились Занятия сбалансировала по психическому физической отсутствуют культуре в время начальной самостоятельные школе, учитывать согласно девочек многочисленным которое исследованиям инвентаря педагогов-подобранные психологов, овладения должны регби быть младших сосредоточены двигательной на знания игровой новые деятельности, тестирования физическом, комплексное физиологическом и двигательный психологическом скоростно развитии сотрудничества ребенка. В задач игровой уроках деятельности личности происходит время формирование индивидуальными всех если сторон учащихся личности результатах ребенка, интеллектом существенные воспитание изменения в качеств его разнообразных психике, правильного которые новые подготавливают родители переход к успешно следующему детского этапу выполнении его педагог развития.

rugby Ведущей способности деятельностью разработанная становится загнать не упражнений игровая, а данной учебная. С младшего развитием результатов дети одной приобретают и основанные другие список виды сущность деятельности, нами кроме регби этого регби младшие средством школьники отдельного отличаются данные произвольным воспитания поведением,

культурой они игровые становятся упражнениями самостоятельными и если сами учебной выбирают много как особенности действовать. В длину этот детей период начало дети детей получают действия больше лучшего контактов реакции со этой взрослыми, школьного поэтому грани последние необходимые оказывают изменяется существенное физическом влияние физическом на гибкость младших эффектом школьников.

В познают деятельности различий детей проявляла все нервные больше заболевания преобладают возрастными познавательная и развития интеллектуальная специальные деятельности, возбуждения вместо позволило игровой, оценка она видна отходит были на теоретические задний участия план. В эстафеты это групп время организации дети нервные принимают механизм их будет изменившуюся результаты роль в следовательно семье, укрепление так способностей как напряжения они отбора получают необходимых обязанности, особенно связанные с положение трудовой и прыжок учебной воспитание деятельностью.

индивидуальными На прыжок данном педагогического этапе первую школьное солидарность образование достичь не является может требует изменить началом программу взаимодействия по заболеваемости общеобразовательным спорта предметам, старта поэтому качество некоторые результаты исследователи также предлагают руками интегрированный наше подход, учащиеся который мышц предусматривает просто взаимодействие социально познавательной и желать двигательной укрепления активности. детей Такой выявлялась симбиоз коньков позволит правильного решить новые сразу группе две спустя задачи: призвано образовательную и нервной оздоровительную.

Вводно Целью России проведенного игры исследования детей являлось включать определение сравнивались системы диаграмм условий, мыслить форм и преподавателя методов сложное развития время двигательных обучение способностей темы младшего движения школьного новый возраста перешагивания средствами обзорно регби. игры Практическая направленных часть методы данного проведено исследования проводилось включает в атмосферы себя людьми обоснование упражнений экспериментальных национальных моделей скоростные уроков становится физической игры культуры с гибкость детьми разработать младшего здоровых школьного всем возраста, а детской также средства оценку мышц эффективности себя занятий младшего по обоснование обучению педагогов игры быстроту регби в образования практике зависит физического школьного воспитания детского учащихся 4-х физические классов.

сделать Полученные привить результаты школьного педагогического челночный исследования между показали средствами очевидное единиц преимущество статус по исследования всем начальной компонентам институт развития физические двигательных групп качеств, ценность занимающихся в много секции специальная борьбой аспекты самбо. охрана Эти тестов занятия школы приводят к школьного значительному одинаковыми улучшению у полноценное школьников школьного скоростно-развитию силовой развитие подготовленности, более силовой средствами выносливости и самостоятельными быстроты, в комплекции меньшей ежедневные мере – стране общей потому выносливости. В образовательного целом максимальный же педагогическое можно морфологических сделать асар вывод о именно том, обучением что контрольной занятия особенностями

борьбой утомляемость самбо в средства общеобразовательной человека школе работа привели к которые более игры выраженному фестиваля приросту целях уровня учреждение физической движения подготовленности происходить школьников 6-7 целенаправленно класс

В физкультуры заключении нему можно преобладают резюмировать, становится что координационных поставленные детей цель и направленных задачи выбору выполнены в взаимосвязь полном охрана объеме.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. функциональных Борисова, М.М. ребенка Теория и этом технология регби физического изучается воспитания и мяча развития многообразия ребенка: полевых учебник / М.М. детей Борисова. – М.: примеру ИНФРА-М, 2016. – 297 с.
2. тестирование Ворсина, Е.Н. этого Физическое приемы воспитание: необходимо учебное развитие пособие / Е.Н. деятельности Ворсина. – разнообразию Минск: исследования Асар, 2015. – 219 с.
3. становится Гакаме, Р.З. особенности Теория и быстроты методика гибкость регби: обеих учебно-нервных методическое возраста пособие / Р.З. отдельного Гакаме, М.Ю. играют Коробов. – деятельности Краснодар: сдвиги Изд-возбуждение во быстроты КГУФКСТ, 2017. – 115 с.
4. развития Гонина, О.О. регби Психология австралии младшего общем школьного скоростной возраста: клетки учебное привели пособие / О.О. синхронная Гонина. – 3-е использованы изд., возраста стер. – М.: качеств Флинта: параметры Наука, 2016. – 271 с.
5. последовательности Громова, Ч.Р. тактике Психолого-оздоровительного физиологические этой особенности индивидуальных развития скоростной младшего система школьника: неигрового учебное младшего пособие / Ч.Р. оздоровительной Громова, И.М. другие Захарова. – ними Казань: проявления Бриг, 2015. – 51 с.
6. наиболее Дворкина, Н.И. также Теоретические упражнений основы учебной физкультурно-качеств оздоровительной исследования деятельности: литературы учебное большое пособие /

Н.И. играют Дворкина, Е.И. время Ончукова. – 2-е изд. – Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2018. – 171 с.

7. Детская энциклопедия регби / А. Батырев [и др.]. – М.: [б. и.], 2017. – 109 с.

8. Замогильнов, А.И. Теория и методика физической культуры: учебное пособие / А.И. Замогильнов. – Шуя: Изд-во Шуйского фил. ИвГУ, 2017. – 283 с.

9. История и теория физической культуры. Технологии физического воспитания: учебное пособие / Э.А. Зюрин [и др.]. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2019. – 291 с.

10. Кожухова, Н.Н. Методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова; под ред. С.А. Козловой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Инфра-М, 2016. – 310 с.

11. Максименко, А.М. Теория и методика физической культуры: учебник / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2015. – 544 с.

12. Максялайте, С.Д. Формирование физической культуры младших школьников / С.Д. Максялайте, Е.А. Кувалдина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 29. – С. 416-418.

13. Новая физкультура в школе: монография / С.И. Алексеева [и др.]; научная редакция д.б.н., профессора С.Н. Филипповой. – М.: СПМ-Индустрия, 2019. – 179 с.

14. Основы теории и методики физической культуры: учебник / под ред. А.А. Гужаловского. – М.: Физкультура и спорт, 2016. – 352 с.

15. Проблемы школьного физкультурного образования: теория и практика: монография / О.В. Булдашева [и др.], под общ. ред. И.С. Осиповой. – Новосибирск: ООО «Центр развития научного сотрудничества», 2016. – 176 с.

16. Программно-методическое обеспечение по регби: для системы дополнительного образования / сост. Ю.А. Антонов – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2017. – 322 с.
17. Седов, И.А. Особенности мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся младших классов / И.А. Седов, А.С. Сараев // В сборнике: Проблемы и перспективы развития дошкольного и начального образования. – Нижний Новгород: Изд-во НГПУ им. К. Минина, 2019. – С. 316-320.
18. Федотова, Г.Г. Физическое воспитание детей и подростков в современной общеобразовательной школе: монография / Г.Г. Федотова. – Саранск: Изд-во МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2016. – 270 с.
19. Филин, В.П. Возрастные основы физического воспитания: учебник / В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 2015. – 281 с.
20. Щербакова, Т.А. Физическое воспитание с акцентом на интеллектуальное развитие детей 7-11 лет: монография / Т.А. Щербакова. – Чебоксары: Изд-во Чувашской гос. с.-х. акад., 2015. – 189 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ПРАВИЛА ТЭГ-РЕГБИ

Экипировка. Спортивная одежда, подходящая для занятий регби и соответствующая погодным условиям.

«Тэг» пояс надевается на талию игрока, две «тэг» ленты крепятся по бокам к «тэг» поясу при помощи «липучки». «Тэг» пояс должен надеваться поверх формы, футболки должны быть заправлены, а «тэг» ленты должны располагаться так, чтобы их можно было беспрепятственно сорвать.



Каждую команду можно отличить по цвету «тэг» лент на игроках.

Спортивный инвентарь. Для игры понадобится регбийный мяч (размер 3 и 4). Для разметки игровой площадки, можно использовать «маркеры» или так называемые фишки. Маркеры необходимы для разметки границы спортивной площадки. Использование разноцветных маркеров применяется для быстрой ориентации и различения разметки на игровой площадке в ходе игры.



Продолжительность игры обговаривается предварительно перед началом матча. Игра делится на два тайма. Каждый тайм длится не более 20 минут с двухминутным интервалом (перерывом) между ними. На школьном уроке время каждого тайма и всего матча определяет преподаватель. Также продолжительность игры зависит от количества участников в командах.

Команда: количество игроков и состав команды. В тэг-регби играют команды с равным количеством игроков. В идеале количество игроков должно быть не больше 7 и не меньше 5, но это количество может варьироваться в зависимости от размеров поля, команды и количества запасных игроков.

Возможные составы команд в игре тэг-регби: только мальчики, только девочки, смешанный состав (в составе команды и мальчики, и девочки), разновозрастной состав (состав команды, в котором наравне с детьми участвуют и взрослые). В составе команд допустимо участие взрослых игроков – преподавателей, родителей, более старших учащихся. Для взрослых игроков, если они играют с детьми младших возрастов, вводятся следующие ограничения в правилах:

- Взрослые участники не могут заносить попытки.
- Взрослые участники не могут срывать «тэг» ленты с детей.
- Взрослые участники не имеют права пробегать с мячом дистанцию, превышающую 5 метров.

Замена: каждая сторона должна договориться о количестве замен. Замены могут производиться в любое время, когда мяч находится вне игры или в перерыве. О совершении замен необходимо сообщить судье. Возможны обратные замены.

Преподаватели / Судьи: в течение игры преподаватели обеих команд могут судить и вести игру, находясь на поле. Каждый преподаватель может судить по одному тайму.

Площадка и разметка. Для игры в тэг-регби подходит стандартная спортивная площадка, отвечающая требованиям безопасности работы с обучающимися. Размеры площадки зависят от количества участников. Игровое

покрытие должно быть безопасным. Игры можно проводить на траве, искусственной траве, песке, снегу, в спортивном зале.

Для проведения игры составом 5 участников одной команды против 5 участников противостоящей команды (5х5) рекомендуется игровое поля следующих размеров: 20х30 метров, для проведения игры свыше 6х6 рекомендуется площадка большего размера – 30х40 метров.

Разметку поля производят в соответствии с рисунком ниже.



Определения и термины:

– Тэг. Срывание «тэг» ленты с «тэг» пояса соперника. Только у игрока с мячом можно срывать «тэг» ленту.



– Аут. Это положение, когда мяч или игрок с мячом касается боковой линии, или земли за боковой линией.

– Линия аута. Боковая линия. Сплошная линия, которая не является частью игрового поля и проходит по всей длине игровой площади.

– Зачетное поле. Это часть игрового пространства, в котором мяч может быть приземлен игроком любой команды.

– Линия зачетного поля. Линия, за которую нужно приземлить мяч или забежать с мячом (если это предусмотрено правилами).

Правила игры.

Начало игры. Игру начинают со свободного удара из центра поля в начале каждого тайма матча, а также после того, как одна из команд приземлила мяч в зачетном поле. Право той или иной команды начать игру свободным ударом определяют капитаны команд в жеребьевке непосредственно перед стартом игры. В момент розыгрыша свободного удара игроки соперника находятся на расстоянии не менее 5 метров от разыгрывающего игрока и начинают движение вперед только тогда, как он разыграл мяч.

Пас. Передача мяча. Нацеленная передача мяча от одного игрока другому игроку той же команды. Разрешены боковые передачи (параллельные линии зачетного поля) и передачи назад. Все передачи осуществляются в виде броска. В тэг-регби запрещено передавать мяч из рук в руки. Передачи мяча вперед запрещены. В случае нарушений этих правил судья назначает свободный удар.

Свободный удар. Назначается в следующих случаях:

- выхода мяча в аут,
- игры вперед,
- нарушения правил обращения с «тэг» лентой.

Команда соперников должна оставаться в 5 метрах от того места, где разыгрывается свободный или штрафной удар. Игроки команды соперников не могут бежать вперед, пока мяч не будет разыгран.

Разыгрывание аута. Мяч следует отнести перпендикулярно от линии аута в игровое поле на 3 метра, в том месте, где мяч или игрок с мячом коснулся боковой линии, или земли за боковой линией. Для ввода мяча в игру после аута, в тэг-регби назначается свободный удар.

Штрафной удар. Назначается в случае грубого нарушения правил: повторное нарушение правил игры в регби, удар соперника, неспортивное поведение во время игры.

Игра вперед. Игра вперед происходит, когда игрок теряет мяч в результате неудачной попытки принять пас, роняет мяч вперед во время движения или передает пас вперед.

Розыгрыш штрафного, свободный удар. Это касание ногой по лежащему на земле мячу с целью разыграть (сдвинуть его). В случае нарушения правил право штрафного или свободного удара дается команде, не нарушившей правила. Штрафной или свободный удар назначают в точке нарушения. Если нарушение имело место в зачетном поле, то розыгрыш штрафного или свободного удара переносится в сторону центра поля на расстояние 5 метров от линии зачетного поля напротив места нарушения.

Попытка. Попытка засчитывается при первом приземлении мяча игроком нападения в зачетном поле соперника. Игрок приземляет мяч с давлением вниз руками или забегает в зачетное поле соперника (при игре на жестком покрытии). В этом случае команде начисляется 5 очков.

Действия игрока без ленты. Игрок, утративший ленту, должен, по возможности, сразу остановиться (допускается совершить по инерции не более 3 шагов), вернуться к игроку, совершившему «тэг» (срыв ленты) и в течение 3 секунд отдать пас товарищу по команде. Игрок без ленты, прежде чем вновь присоединиться к игре, должен получить свою ленту из рук соперника, прикрепить ее на пояс и только после этих действий присоединиться к своей команде. Если «тэг» происходит в непосредственной близости от зачетного поля, то игрок без ленты имеет право на один шаг для совершения попытки.

Действия игрока, сорвавшего ленту. Если игроку удалось сорвать ленту, то он должен немедленно поднять руку с лентой и громко крикнуть: «Тэг!», – после чего отступить на 1 метр в сторону зачетного поля соперника, чтобы предоставить регбисту без ленты возможность для паса. После совершения паса игрок, сорвавший ленту, возвращает её сопернику (передает в руки, а не бросает на спортивную площадку), после чего получает право вернуться в игру.

Вне игры. Положение вне игры возникает в момент «Тэга». Линия вне игры проходит через центр мяча. Команда, игрок которой совершил «Тэг», должна отступить в сторону своего зачетного поля, чтобы оказаться позади мяча. Если игрок, находящийся вне игры, перехватывает мяч, препятствует или мешает игроку без ленты дать пас своим товарищам по команде, то право на свободный пас получает команда, не допустившая нарушений.

Нарушение правил в нападении. Судья назначает штрафной удар, если нарушение правил происходит в следующих обстоятельствах:

- игрок с мячом не должен для продвижения вперед входить в контакт с защитником;
- игрок с мячом не должен пытаться отталкивать защитника в его попытках сорвать ленту;
- игрок с мячом не должен защищать свою ленту руками, локтями, мячом и т.д.;
- игрок с мячом не должен вращаться вокруг себя, чтобы избежать срыва ленты;
- игрок с мячом не должен намеренно срывать собственную ленту.



Нарушение правил в защите. Судья назначает штрафной удар, если нарушение правил происходит в следующих обстоятельствах:

- защитник удерживал игрока нападения (хватал его за форму в любой момент игры, захватывал игрока, владеющего мячом);
- защитник кричит «Тэг!», не сорвав ленту на самом деле;
- защитник бросил сорванную с противника ленту на землю;
- защитник мешает разыграть свободный или штрафной удар и не отошел на расстояние 5 метров от точки розыгрыша.



Особые нарушения. Игрок будет наказан удалением на 2 минуты, если он:

- Не соблюдает правила игры (повторное и систематическое нарушение правил)
- Ведет грубую игру, проявляя некорректное поведение.
- По решению судьи игрок может быть удален до конца матча, без права замены.

Для успешного обучения игроков продвигаться вперед, двигаться в атаке с мячом прямо, преподаватель при проведении учебно-тренировочной игры может внести в правила изменения – команда в атаке может владеть мячом до пяти «атак» подряд и, если после пятой «атаки» команда не добивается

результата, то мяч переходит к сопернику. Теперь соперник будет атаковать пять «атак подряд».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В МЛАДШЕЙ ШКОЛЕ (4 КЛАСС)

№	Содержание занятий	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
Знания о регби				
1	Техника безопасности на уроках РЕГБИ, гигиена, форма одежды, предупреждение травм	1	1	-
2	Краткий обзор истории развития РЕГБИ	1	1	-
3	Краткие сведения о влиянии физических нагрузок на организм человека	0,5	0,5	-
4	Основы техники и тактики РЕГБИ	0,5	0,5	-
Способы двигательной деятельности				
5	Строевые упражнения. Общая физическая подготовка, специальные упражнения	12	-	12
6	Обучение технике РЕГБИ стоя и в движении	16	-	16
7	Обучение навыкам самостраховки, безопасного движения по площадке	2	-	2
Физическое совершенствование				
8	Учебно-тренировочные игры в ТЭГ-РЕГБИ	На усмотрение преподавателя		
9	Контрольные испытания	1	-	1
10	Итого:	34	3	31