

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОЛГОПРУДНЫЙ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОЛГОПРУДНЫЙ

Принята на заседании
педагогического совета:

от «31» 08 20 24 г.

Протокол № 1

Утверждаю
Директор Спортивной школы
г. о. Долгопрудный



А.Н. Цепляев

Приказ № 388 от «31» 08 20 24 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
по виду спорта «РЕГБИ»

Возраст обучающихся: с 8 лет

Авторы-составители:

Данилов И.В., тренер-преподаватель
Еремин В.А., тренер-преподаватель
Коровушкин А.С., тренер-преподаватель
Лаврушин А.С., тренер-преподаватель
Крылов Ф.В., тренер-преподаватель
Коркина Н.А., инструктор-методист

г. о. Долгопрудный, 2024 г.

Оглавление

№п	Наименование
1	Общие положения
1.1.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "регби"
1.2.	Цель Программы
2.	Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
2.1.	Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.
2.2.	Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
2.3.	Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
2.4.	Годовой учебно-тренировочный план
2.5.	Календарный план воспитательной работы
2.6.	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.
2.7.	Планы инструкторской и судейской практики.
2.8.	Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств
3.	Система контроля
3.1.	Требования к результатам прохождения Программы
3.2.	Оценка результатов освоения Программы
3.3.	Контрольные контрольно-переводные нормативы (испытания) по виду спортивной подготовки "регби" и уровень квалификации
4.	Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)
4.1.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки по виду спорта "регби"
4.2.	Учебно-тематический план
5.	Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам
6.	Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
6.1.	Материально-технические условия реализации Программы
6.2.	Кадровые условия реализации Программы
6.3.	Информационно-методические условия реализации Программы

1. Общие положения

1.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "регби" (далее - Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке спортивным дисциплинам, указанным в таблице 1, с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта "регби", утвержденным приказом Минспорта России от 18 ноября 2022 г. N 1018 (далее – ФССП).

Наименование спортивной дисциплины

в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта номер-код вида спорта " регби"

Таблица 1

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины вида спорта
Регби	0770012811Я
Регби-7	0770022611Я

Программа разработана муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования спортивной школой городского округа Долгопрудный (далее - Организация) с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «регби», утвержденной приказом Минспорта России от 18 ноября 2022 г. N 1018 (далее – ФССП), а также следующих нормативных правовых актов:

Федеральный закон от 30 апреля 2021 года № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон « Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон № 127-ФЗ);

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее - Федеральный закон № 273-ФЗ);

Федеральный закон от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее — Федеральный закон № 329-ФЗ);

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 года № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года»;

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 года № 3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана

мероприятий по ее реализации» (с изменениями и дополнениями, вносимыми Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 сентября 2022 года № 2865-р);

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 октября 2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вносимыми приказом Министерства спорта Российской Федерации № 575 от 07 июля 2022 года) (далее - Приказ № 999):

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 года № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (далее - Приказ № 634);

Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (с изменениями и дополнениями, вносимыми приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации № 106н от 22 февраля 2022 года) (далее - Приказ № 1144н).

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20

Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания». Методические рекомендации. «Алгоритм составления дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на примере игровых видов спорта». 2023 год

Реализация Программы направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений

и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта. (ч. 1 ст. 84 Федерального закона № 273-ФЗ)

Программа определяет содержание следующих этапов спортивной подготовки:

- 1) этап начальной подготовки (далее - НП);
- 2) учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (далее - УТ);
- 3) этап совершенствования спортивного мастерства (далее - ССМ)

1.2. Цель Программы

Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки, воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд Московской области и Российской Федерации.

Достижение указанной цели зависит:

- от оптимального уровня исходных данных спортсменов;
- от уровня квалификации и профессиональной подготовленности тренерского состава;
- наличия современной материально-технической базы;
- от качества организации тренировочного и соревновательного процессов;
- от использования новейших научно-исследовательских и научно-методических данных.

2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Регби – контактный командный вид спорта, возникший в XIX веке в Англии, один из видов регби-футбола. Регбийный матч представляет собой соревнование двух команд, каждая из которых представлена пятнадцатью полевыми игроками. На лицевой линии поля находятся H-образные ворота, а за лицевыми линиями поля расположены зачетные зоны команд. Основной задачей каждого из соперников является совершение результативных действий, то есть поражение ворот (удар выше перекладины) или занос мяча

в зачетную зону оппонента. Правилами допускается касание мяча руками, что и обуславливает главное отличие регби от футбола. При этом на игру руками налагается ограничение: мяч не может быть передан руками, если принимающий игрок находится ближе к зачетной зоне соперника, чем пасующий. «...регби – игра хулиганов, но играют в нее джентльмены»

Занятия регби очень полезны для здоровья и развития ребенка. Регби включает в себя не только бег на длинные и короткие дистанции, но и элементы силовой борьбы, что дает огромную пользу для здоровья ребенка, а именно:

- укрепление сердечнососудистой системы и развитие выносливости;
- укрепление всех групп мышц, как верхней, так и нижней части туловища;
- развитие ловкости и скорости.

Регби требует очень строгого отношения к тренировке, особенно в составе команды. И эта тренировка дает, в конце концов, плоды – игроки приобретают умение, мастерство. Но польза регби не ограничивается укреплением здоровья, занятия регби дают также и другие преимущества:

- командные навыки;
- социальное взаимодействие;
- коммуникативные навыки;
- самодисциплина, ответственность.

Регби является одним из популярных игровых видов спорта во всем мире, который требует силы, выносливости и физической подготовки. Но, несмотря на это, в регби могут заниматься дети с разными способностями и физическими данными.

Регби – это, безусловно, контактный вид спорта, но дети постепенно знакомятся со всеми приемами регби. Занятия регби развивают ловкость, выносливость, силу, некоторые позиции требуют наличия специальных навыков, таких как, удар ногой по мячу, точный вброс мяча, выпрыгивания и другие.

Официальные соревнования по регби проводятся в спортивных дисциплинах согласно Всероссийскому реестру видов спорта (далее - ВРВС)

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки:

- этап начальной подготовки - 1-й год обучения, 2-й год обучения, 3-й год обучения;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) - 2-й год обучения, 3-й год обучения, 4-й год обучения, 5-й год обучения;

;

- этап совершенствования спортивного мастерства - 1 год обучения.

Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку:

- этап начальной подготовки - с 8 лет;

- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) - с 11 лет;

- этап совершенствования спортивного мастерства - 16 лет.

В таблице 2 определяется минимальный возраст при зачислении или переводе обучающегося с этапа на этап спортивной подготовки и минимальная наполняемость при комплектовании учебно-тренировочных групп.

Таблица 2

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Минимальная наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	15
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не ограничивается	16	5

При комплектовании учебно-тренировочных групп в Организации:

1) формируются учебно-тренировочные группы по виду спорта "регби" и этапам спортивной подготовки, с учетом:

- возрастных закономерностей, становления спортивного мастерства (выполнения разрядных нормативов);

- объемов недельной тренировочной нагрузки;

- выполнения нормативов по общей и специальной физической подготовке;

- спортивных результатов;

- возраста обучающегося; (п.п. 4.1. Приказа № 634)

- наличия у обучающегося в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинского заключения о допуске к занятиям видом спорта «регби». (п. 36 и п. 42 Приказа № 1144н)

2) возможен перевод обучающихся из других Организаций. (п.п. 4.2. Приказа № 634)

3) максимальная наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки не превышает двукратного количества обучающихся, указанных в таблице 2. (п.п. 4.3. Приказа № 634)

2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Таблица 3

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки							
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				Этап совершенст вования спортивног о мастерства
	До 1 года	Свыше года 2		До трех лет		Свыше трех лет		
	1	2	3	2	3	4	5	
Количество часов в неделю	4,5	6	8	12	14	14	16	18
Общее количество часов в год	234	312	416	624	728	728	832	936

2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

Учебно-тренировочные занятия проводятся со сформированной учебно-тренировочной группой (подгруппой).

Для реализации Программы применяются групповые, индивидуальные, смешанные и иные виды (формы) учебно-тренировочных занятий, в том числе с использованием дистанционных технологий.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика. (п.п. 15.2 главы VI ФССП по виду спорта «регби»)

Занятия начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20:00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 часов. (п. 3.6.2 СП 2.4.3648-20)

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса в Организации:

1) объединяются (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском; (п.п. 3.7. Приказа № 634)

2) проводятся (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности. (п.п. 3.8 Приказа № 634)

Учебно-тренировочные мероприятия

Учебно-тренировочные мероприятия - мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям. (п. 19 ст. 2 Федерального закона № 329-ФЗ)

Учебно-тренировочные мероприятия (сборы) проводятся Организацией в целях качественной подготовки обучающихся и повышения их спортивного мастерства. Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий (сборов) определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований с учетом классификации учебно-тренировочных мероприятий (сборов). (п. 39 Приказа № 999)

Виды учебно-тренировочных мероприятий и предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки указаны в таблице 4

Таблица № 4

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)		
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям				
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18
1.4.	Учебно-	-	14	14

	тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации			
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия				
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3-х суток, но не более 2-х раз в год
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	60 суток	

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Организация формирует количественный состав обучающихся для участия в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) с учетом планирования

участия обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в календарные планы субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5-кратного численного состава команды. (указывается с учетом п.п. 3.5 Приказа № 634)

Спортивные соревнования

Спортивное соревнование - состязание (матч) среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания (матча), проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту). (п. 18 ст. 2 Федерального закона № 329-ФЗ)

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся, положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «регби»;

- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями. (п. 4 главы III ФССП по виду спорта «регби»)

Обучающиеся направляются на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий муниципальных образований и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях. (п. 5 главы III ФССП по виду спорта «регби»)

Объем соревновательной деятельности указан в таблице 5.

Объем соревновательной деятельности

Таблица № 5

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
Контрольные	1	2	2	2
Отборочные	-	1	1	1
Основные	-	1	1	2
Игры	12	15	20	20

Обучающиеся, участвующие в спортивных соревнованиях, знакомятся под роспись с нормами, утвержденными общероссийскими спортивными федерациями, правилами вида спорта «регби», положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях, антидопинговыми правилами, условиями договоров с организаторами спортивных мероприятий в части, касающейся участия спортсменов в соответствующем соревновании. (п. 7 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

2.4. Годовой учебно-тренировочный план

Программа рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в Организации ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса). (п.п. 15.1 главы VI ФССП по виду спорта "регби")

Годовой учебно-тренировочный план определяет объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки и иным мероприятиям, распределяет учебно-тренировочное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения.

Годовой учебно-тренировочный план указан в приложении №1 к Программе

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса:

1) определены сроки начала и окончания учебно-тренировочного процесса с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных

мероприятий (далее - спортивный сезон), в которых планируется участие обучающихся. (п.п. 3.1 Приказа № 634). Начало учебно-тренировочного процесса – 01 сентября, окончание - 31 августа.

2) проводится учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из: астрономического часа (60 минут). (п. 3.2 Приказа № 634)

3) используются следующие виды планирования учебно-тренировочного процесса:

- ежегодное, позволяющее составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий, промежуточной и итоговой (в случае ее проведения) аттестации;

- ежемесячное, составляемое не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающее инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия. (п.3.3 Приказа № 634)

Годовой учебно-тренировочный план

Приложение № 1

№ п / п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							Этап совер шенс това ния спорт ивно го масте рства	
		Этап начальной подготовки			Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)					
		До 1 года	Свыше года		До трех лет		Свыше трех лет			
		Недельная нагрузка в часах								
		4,5	6	8	12	14	14	16		18
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах								
		2	2	2	3	3	3	3		4
		Наполняемость групп (человек)								
		20	30	20	20	30	27	20		13
		1	Общая физическая подготовка	108	144	192	219	255		156
2	Специальная физическая подготовка	9	12	18	51	58	273	292	393	
3	Участие в спортивных	-	-	-	19	24	47	50	56	

	соревнованиях								
4	Техническая подготовка	103	125	158	219	255	138	150	103
5	Тактическая подготовка	2	10	14	56	66	86	94	112
6	Теоретическая подготовка	2	9	12	6	7	8	8	37
7	Психологическая подготовка	2	4	6	6	7	8	8	19
8	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	8	12	14	16	16	28
9	Инструкторская практика	-	-	-	12	14	16	16	28
10	Судейская практика	-	-	-	12	14	16	16	28
11	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	3	4	6	7	8	8	19
12	Восстановительные мероприятия	2	3	4	6	7	8	8	19
Общее количество часов в год		234	312	416	624	728	728	832	936

2.5. Календарный план воспитательной работы

Главной целью воспитательной работы является воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры (*п. 25 ст. 2 Федерального закона № 329-ФЗ*), а так же воспитание высоких моральных и нравственных качеств, чувства патриотизма, волевых качеств у обучающихся.

Календарный план воспитательной работы приведен в таблице 6.

Календарный план воспитательной

Таблица 6

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе;	В течение года
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание	В течение года

	формирование здорового образа жизни	положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;	
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);	В течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года

	современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)		
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих их достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов;	В течение года

2.6. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

Допингом в спорте признается нарушение антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или)

метода, включенных в перечни субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте. (ч. 1 ст. 26 Федерального закона № 329-ФЗ)

Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями. (ч. 2 ст. 26 Федерального закона № 329-ФЗ)

В Организации осуществляется реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводятся с обучающимися занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья обучающихся, об ответственности за нарушение антидопинговых правил. (п. 4 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

В соответствии с ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.

2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.

3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.

4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.

5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица.

6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.

7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.

8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.

9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

10. Запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.

11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг-контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку. Также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА»

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним указан в таблице 7.

**План мероприятий, направленный на предотвращение
допинга в спорте и борьбу с ним**

Таблица 7

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	Теоретическое занятие «Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении и мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	Участие в региональных антидопинговых мероприятиях	по назначению	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе
	Теоретическое занятие «Виды нарушений	1-2 раза в год	Обучающимся даются углубленные знания по тематике;

	"антидопинговых правил"		Согласовать с ответственным за антидопинговых правил» антидопинговое обеспечение в Организации
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Теоретическое занятие "Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»	1 раз в год	Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие "Ответственность за нарушение антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за нарушение антидопинговое обеспечение в Организации
	Практическое занятие «Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)	1 раз в год	Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за нарушение антидопинговое обеспечение в Организации
	Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	Участие в региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Согласовать с ответственным за нарушение антидопинговое обеспечение в Организации
Этап совершенствования мастерства	Теоретическое занятие «Виды нарушений антидопинговых правил»	1-2 раза в год	Обучающимся даются максимальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за нарушение антидопинговое обеспечение в Организации

	Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»	1 раз в год	Обучающимся даются максимальные знания по тематике Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются максимальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие «Допинг-контроль»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Теоретическое занятие «Система АДАМС»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	Участие в региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Согласовать с ответственным за нарушение антидопинговое обеспечение в регионе

Обучающиеся по Программе знакомятся под роспись с локальными нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами по виду спорта «регби» (п. 5 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

2.7. Планы инструкторской и судейской практики

Инструкторская и судейская практика проводится с целью получения обучающимися знаний и навыков инструктора по спорту и судьи по спорту для последующего привлечения к инструкторской и судейской работе. (п. 41 Приказа № 999).

1. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

Обучающиеся должны освоить следующие навыки инструкторской работы:

- Уметь построить группу и подать основные команды на месте и в движении.
- Уметь составить конспект и провести разминку в группе.

- Уметь определить и исправить ошибку в выполнении приемов у товарища по команде.

- Уметь провести подготовку команды к соревнованиям.

Для получения звания судьи по спорту каждый должен освоить следующие навыки:

- Уметь вести протокол игры.

- Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем.

- Судейство учебных игр в поле самостоятельно.

- Участие в судействе официальных соревнований в составе секретариата.

- Уметь судить игры в качестве судьи в поле.

Для получения звания судьи по спорту каждый обучающийся должен освоить следующие навыки:

- Уметь составить положение для проведения первенства школы по регби.

- Уметь вести протокол игры.

- Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем.

- Судейство учебных игр в поле (самостоятельно).

- Участие в судействе официальных соревнований в составе секретариата.

- Выпускник спортивной школы должен получить звания «Инструктор-общественник» и «Судья по спорту».

2. На этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства организуются специальные семинары по подготовке общественных тренеров-преподавателей и судей. Участники семинара сдают зачет или экзамен по теории и практике, который оформляется протоколом.

План инструкторской и судейской практики указан в таблице 8.

План инструкторской и судейской практики

Таблице 8

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Инструкторская практика:		
	Теоретические занятия	В течение года	Научить обучающихся начальным знаниям спортивной терминологии,

			умению составлять конспект отдельных частей занятия
	Практические занятия	В течение года	Проведение обучающимися отдельных частей занятия в своей группе с использованием спортивной терминологии, показом технических элементов, умение выявлять ошибки
	Судейская практика:		
	Теоретические занятия	В течение года	Уделять внимание знаниям правил вида спорта, умению решать ситуативные вопросы
	Практические занятия	В течение года	Необходимо постепенное приобретение практических знаний обучающимися начиная с судейства на учебно-тренировочном занятии с последующим участием в судействе внутришкольных и иных спортивных мероприятий Стремиться получить квалификационную категорию спортивного судьи «юный спортивный судья»
Этап совершенствования спортивного мастерства	Инструкторская практика		
	Теоретические занятия	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной	Научить обучающихся разрабатывать конспекты тренировочных занятий

		подготовки	
	Практические занятия	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки	Проводить тренировочные занятия с младшими группами. Проводить подготовку обучающихся к соревнованиям, руководить командой на соревнованиях в качестве помощника тренера-преподавателя
	Судейская практика		
	Теоретические занятия	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки	Углубленное изучение правил вида спорта «регби».
	Практические занятия	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки	Судейство в учебных играх и соревнованиях в общеобразовательных школах и спортивных школах по мини-регби и регби.

2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Медико-восстановительные мероприятия проводятся с целью медико-биологического сопровождения, медицинского обеспечения, осуществления восстановительных и реабилитационных мероприятий, организации спортивного питания (*возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение*). (п. 42 Приказа № 999)

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указан в таблице 9.

**План медицинских, медико-биологических мероприятий и
применения восстановительных средств**

Таблица 9

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Этап совершенства	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года

ния спортивного мастерства	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе спортивного по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 6 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года

В Организации осуществляется медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организация систематического медицинского контроля. (п.4 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

Организация осуществляет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования в медицинских организациях, осуществляющие проведение медицинских осмотров лиц, занимающихся физической культурой и спортом на этапах спортивной подготовки.

Правила организации оказания медицинской помощи обучающимся (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра, установлены приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Систематический контроль за состоянием здоровья обучающихся (в том числе при подготовке и проведении мероприятий), включает

предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования); этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения. (п. 8 Приказа № 1144н)

Основанием для допуска обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки является наличие у него медицинского заключения с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации - согласно возрастной группе в соответствии с приказами Минздрава России. (п. 36 Приказа №1144н)

Основанием для допуска обучающихся к учебно-тренировочным занятиям начиная с тренировочного этапа спортивной подготовки (этап спортивной специализации) является наличие медицинского заключения о допуске к тренировочным мероприятиям и к участию в спортивных соревнованиях. (п. 42 Приказа № 1144н)

3. Система контроля

3.1. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки обучающимся, необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «регби»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания)
- по видам спортивной подготовки.

2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «регби» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «регби»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;

- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;

- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «регби»;

- выполнить план индивидуальной подготовки;

- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;

- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;

- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «первый спортивный разряд» не реже одного раза в два года;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;

- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

3.2. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой Организацией, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации. Промежуточная аттестация проводится не реже одного раза в год. (п. 5 Приказа № 634)

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Организации с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности ее проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы. (п. 5 Приказа № 634)

В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным Программой, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося Организация осуществляет перевод такого обучающегося на соответствующую дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта (при ее реализации). (п. 3.2 ст. 84 Федерального закона № 273-ФЗ)

Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на этапе НП

Таблица № 10

№ п/п	Наименование результата	Критерии оценивания результата	Методы оценивания результата	Методические указания по организации оценивания результатов освоения программы на этапе НП
1.	Формирование устойчивого интереса к занятиям спортом	а) Регулярность и систематичность посещения тренировок; б) Уровень мотивации к занятиям; в) Уровень освоения теоретических знаний	а) Использование документа отчетности – журнала учета работы тренера-преподавателя с отметками о посещаемости и причинах отсутствия; б) Психологическое тестирование по определению мотивации (методика Е.Е.	а) Систематичность посещения занятий как фактор устойчивого интереса к занятиям спортом (90-100 % от общего количества занятий, учитывая пропущенные по уважительным причинам. Оценка проводится коллегиально членами специально созданной комиссии,

			Хвацкой табл. приложение 8.6.); в) Собеседование по темам теоретической подготовки	по журналам учета работы тренера-преподавателя); б) Критерии оценивания результатов могут определяться по одному из научно-обоснованных методов выявления интереса, мотивации и т.д. в) Перечень тем и система; оценивания устанавливаются тренерским советом Организации
2.	Формирование широкого круга двигательных умений и навыков, гармоничное развитие физических качеств	а) Показатели ОФП и СФП (представлены в таблице 12).	а) Методика сдачи (приема) нормативов по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе НП по виду спорта «регби» в соответствии с перечнем показателей тренировочного этапа	а) Положительная оценка по всем контрольным упражнениям ОФП и СФП или набор обучающим минимальной суммы баллов.
3.	Повышение уровня общей физической и	Положительная динамика показателей ОФП и СФП	Методика сдачи (приема) нормативов по общей и специальной	Оценка уровня общей и специальной физической подготовленности

	специальной физической подготовленности		физической подготовке для перевода на следующий год и этап спортивной подготовки по виду спорта «регби» по контрольным упражнениям тренировочного этапа	организуется в начале и по завершении каждого спортивного сезона этапа НП. Обучающий считается перешедшим на следующий год этапа НП в случае выполнения им определенного количества (процента) контрольных упражнений на минимальную оценку результативности, установленную Организацией. Обучающий считается выполнившим показатель результативности реализации программы спортивной подготовки этапа НП и перешедшем на следующий этап в случае выполнения им полного перечня (100 %) нормативов общей и специальной физической подготовки для зачисления в группу
--	---	--	---	--

				на учебно-тренировочный этап по виду спорта «регби»
4.	Освоение основ техники по виду спорта «регби»	Показатели освоения техники изученных упражнений	Выполнение обязательной технической программы	Оценка освоенности основ техники по виду спорта «регби» осуществляется специально созданной комиссией, по минимальному количеству контрольных упражнений, включенных в обязательную техническую программу (их перечень и система оценивания устанавливаются тренерским советом Организации). Обучающий считается перешедшим на следующий год этапа НП в случае выполнения им определенного количества (процента) контрольных упражнений на минимальную оценку результативности, установленную Организацией.

				Обучающий, считается выполнившим установленный показатель результативности, в случае выполнения им всех контрольных упражнений на минимальный балл. Протоколы выполнения контрольных упражнений хранятся в Организации в течение 3 лет с момента выполнения контрольных упражнений
5.	Общие знания об антидопинговых правилах	Уровень первичных знаний об антидопинговых правилах	Собеседование	Собеседование организуется ежегодно и включает в себя перечень вопросов, рассмотренных на этапе НП в рамках образовательной антидопинговой программы, утверждённой Минспортом России По итогам собеседования специально созданная комиссия, выставляет оценку «зачтено» / «не зачтено». Протоколы ответов и черновики

				ответов обучающихся хранятся в Организации в течение 3 лет с момента прохождения собеседования
6.	Укрепление здоровья	а) Присутствие / отсутствие хронических заболеваний. б) Количество пропусков тренировок по причине болезни. в) Оценка функционального состояния организма юного обучающегося г) Уровень освоения теоретических знаний	а) Медицинское заключение по результатам ежегодного углубленного медицинского осмотра. б) Использование документа отчетности - журнала учета работы тренера-преподавателя с отметками о посещаемости и причинах отсутствия. в) Фиксация в дневнике	а) Ежегодно обучающийся обязан проходить углубленное медицинское обследование и по его результатам дается медицинское заключение о возможности продолжать занятия спортом. б) Расчет по журналу учета работы тренера-преподавателя посещения тренировок. в) Пульсовая кривая (как отражение адаптационных возможностей функциональных систем организма обучающегося) в дневнике процессе роста тренированности должна становиться все более пологой, т. е. время восстановления после стандартной

				нагрузки должно уменьшаться. г) Перечень тем и система оценивания устанавливаются тренер-преподавательским советом Организации
7.	Отбор перспективных обучающихся для дальнейшей спортивной подготовки.	а) Выполнение полного перечня результатов прохождения этапа спортивной подготовки на минимально установленную оценку; б) Отсутствие медицинских противопоказаний для занятий спортом; в) Уровень качества выполнения двигательных заданий	а) Сравнительный анализ результатов прохождения этапа спортивной подготовки последнего года перед зачислением на Учебно-тренировочный этап; б) Прохождение углубленного медицинского обследования; в) Экспертная оценка двигательной одаренности применительно к регби.	При равенстве результатов прохождения этапа спортивной подготовки последнего года перед зачислением на учебно-тренировочный этап приоритет отдается обучающимся, имеющему преимущество в сумме баллов по показателям экспертной оценки двигательной одаренности применительно к регби, оценки освоения техники, но при условии отсутствия отрицательных оценок. В следующем порядке оценивается преимущество в случае дальнейшего равенства показателей:

				1) сравниваются оценки прохождения собеседования; 2) сравниваются результаты выполнения контрольных упражнений по оценке общей и специальной физической подготовленности; 3) анализируется уровень интереса к занятиям видом спорта посредством сравнения количества пропусков по неуважительным причинам. Отбору подлежат обучающиеся, имеющие наименьшее количество пропусков занятий по неуважительным причинам от их общего числа за весь период прохождения этапа спортивной подготовки
--	--	--	--	--

3.3. Контрольные контрольно-переводные нормативы (испытания) по виду спортивной подготовки "регби" и уровень квалификации

Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы обучающихся, на этапах спортивной подготовки, уровень их спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «регби» и включают

нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды и спортивные звания) для зачисления и перевода на следующий и (или) соответствующий этап спортивной подготовки по виду спорта. (п. 2 главы II ФССП по виду спорта «регби»)

Комплексы контрольных упражнений, тесты и уровень спортивной квалификации указаны в таблицах 11, 12

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «регби»

Таблица 11

№ п/ п	Упражнения	Единица измерени я	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчик и	девочк и	мальчик и	девочки
1.Нормативы общей физической подготовки						
1.1	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,2	6,4
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количест во раз	не менее		не менее	
			6	4	10	5
1.3	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			7.10	7.35	-	-
1.4	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			-	-	6.10	6.30
1.5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+2	+3
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	130	120
1.7	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			10,3	10,6	9,6	9,9
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1	Ручная динамометрия. Правой и левой рукой	н/кг	не менее		не менее	
			8	6	9	7
2.2	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			10	8	12	10

2.3	Стойка на одной ноге. Удержание равновесия. Выполнение с обеих ног	с	не менее	не менее
			10	12

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «регби»

Таблица 12

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1.Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,5	5,8
1.2.	Бег на 1500 м	мин, с	не более	
			8.05	8.29
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+6
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,7	9,1
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	135
2.Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Стойка на одной ноге. Выполнение с обеих ног. Удержание равновесия	с	не менее	
			10	
2.2.	Прыжок в высоту со взмахом руками	см	не менее	
			13	10
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		Не устанавливается	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд»,	

		«первый юношеский спортивный разряд»
--	--	---

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для
зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного
мастерства по виду спорта "регби"**

Таблица 13

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1.Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,5	5,4
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	9.50
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12.40	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			40	16
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
2.Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Жим штанги лежа на скамье (для игрового амплуа "нападающий")	кг	не менее	
			71	25
2.2.	Жим штанги лежа на скамье (для игрового амплуа "защитник")	кг	не менее	
			60	15
2.3.	Тяга штанги в упоре на скамью (для игрового амплуа "нападающий")	кг	не менее	
			45	-
2.4.	Тяга штанги в упоре на скамью (для игрового амплуа "защитник")	кг	не менее	
			40	-

2.5	Прыжок в высоту со взмахом руками	см	не менее	
			25	19
2.6	Приседание со штангой на спине (для игрового амплуа "нападающий")	кг	не менее	
			89	40
2.7.	Приседание со штангой на спине (для игрового амплуа "защитник")	кг	не менее	
			72	25
2.8	Тест "Бронко" (для игрового амплуа "нападающий")	мин, с	не более	
			6.00	7.40
2.9.	Тест "Бронко" (для игрового амплуа "защитник")	мин, с	не более	
			5.40	7.20
2.10	Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Удержание равновесия	с	не менее	
			10	-
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе совершенствования спортивного мастерства - не ограничивается		Спортивный разряд – «первый спортивный разряд»	

4. Рабочая программа по виду спорта «регби» (спортивной дисциплине)

4.1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки по виду спорта "регби"

Этап начальной подготовки (НП)

Таблица 14

№/п	Программный материал
1	Бег
1.1	Гладкий бег
1.2.	Бег с изменением направления
1.3	Бег спиной вперед, боком (левым, правым)
2	Ловля и передача мяча
2.1.	Держать мяч
2.2.	Прием мяча
2.3.	Пас кистевой
2.4.	Подбор мяча
2.5	Ловля высоколетающего мяча
3	Захваты
3.1	«Ручка»

3.2	Боковой и задний захват (работа ног, спины)
3.3.	Контакт
3.4	Защита от захвата – «ручка»
4	Падение с мячом
5	Работа в раке (с полупассивным сопротивлением)
6	Работа в моле (с полупассивным сопротивлением)
7	Удары по мячу ногой
7.1	Удары по мячу ногой по земле
7.2	Удары ногой по мячу с рук
8	Индивидуальные, групповые и командные действия
8.1	Борьба за мяч
8.2	Подъем
8.3	Схватки
8.4	Коридоры
8.5	Начальный удар
8.6.	Финты
8.7.	Пас и прием
8.8.	Мол
8.9.	Атака
8.10	Контратака
8.11	Сохранение мяча
8.12	Падение в захвате «Ручка»
8.13	Игра в поддержке
8.14	Рак
8.15	Защита
8.16	Захват
8.17	Вход в контакт
8.18	Изменение направления бега: а) обыгрыш (1х1) 2х1 с открытием канала; б) 3х2 +1(сбоку)
8.19	Рванный бег
8.20	Падение и группировка
8.21	Кувырки
8.22	Индивидуальные захваты, боковой и задний захват (работа ног, спины)
8.23	Контакт
8.24	Работа в раке (с полупассивным сопротивлением)
8.25	Работа в моле (с полупассивным сопротивлением)
8.26	Шаг в сторону
8.27	Ложный шаг
8.28	Пас с вращением
8.29	Вброс мяча из аута
8.30	Действия в коридоре (без «лифта»)
8.31	Защита от захвата «ручка»
8.32	Удар мяча ногой: а) дроп; б) по земле; в) свеча; г) в торец (дальний)
8.33	Боковой и задний захват

8.34	Сохранение мяча при захвате
------	-----------------------------

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) УТ

Таблица 15

№ /п	Программный материал
1	Бег
1.1.	Бег с изменением скорости
1.2	Бег по дуге (обегание)
2	Ловля и передача мяча
2.1.	Ловля, передача мяча (кистевой и с подкруткой)
2.2	Ловля высоколетящего мяча
2.3	Подбор мяча с земли
2.4	Подбор катящегося мяча
2.5	Отбор мяча
3	Захваты
3.1	Передний, боковой и задний захват
3.2	Передача мяча в захвате и контакте
3.3	Техника игры в моле
3.4	Техника игры в раке
3.5	Основы техники игры в схватке
3.6	Основы техники игры в коридоре (с «лифтом»)
3.7	Поддержка игрока с мячом (продолжение атаки)
4	Удары ногой
4.1	В торец
4.2	«Ракетой»
4.3	По земле
4.4	Дроп
4.5	По воротам
4.6	Свеча
5	Построение линии защиты (взаимодействие друг с другом)
6	Тактика игры в атаке.
6.1	Индивидуальная
6.2	Обыгрыш 1х1
6.3	2х1 с открытием канала и блокировкой
6.4	3х2 +1(сбоку)
6.5	Против сгона
6.6	Контакт
6.7	Прямо в сторону (нападающие)
6.8	Прямо в сторону «ручка» или пас
6.9	Групповая
6.10	2х1 с открытием канала
6.11	3х2 +1(сбоку)
6.12	от рака (в 3-4-го игрока во внешнее плечо)
6.13	от статического положения
6.14	от задней линии

6.15	поддержка
6.16	«перепас»
6.17	«парашют»
6.18	«вилка»
6.19	открытие канала
6.20	проброс
6.21	«крест»
6.22	варианты комбинации
6.23	контакт
7	Совершенствование паса
7.1	кистевой
7.2	дальний
7.3	с земли
7.4	ближней рукой
7.5	за спиной
7.6	в борьбе
8	Построение в раке при атаке
8.1	позиция
8.2	уклоняться от контакта
8.3	работать ногами в сторону завала
9	Защита, захват
9.1	положение тела, видеть соперника
9.2	работа рук, корпуса, ног
9.3	переворот при заднем и боковом захвате
9.4	захват вдвоем одного
10	Командная
10.1	построение от рака
10.2	построение линии
10.3	защита в первом канале
10.4	работа маркеров
10.5	хлест
10.6	страховка партнера
10.7	заполнение линии
10.8	от атак задней линии
10.9	один против двоих
11.	Защита от рака
11.1	построение от рака
11.2	построение линии
11.3	защита в первом канале
11.4	работа маркеров
11.5	страховка партнера
11.6	заполнение линии
12	Борьба в раке
12.1	позиция, видеть соперника
12.2	уклоняться от контакта

12.3	оценка рака
12.4	занять позицию ниже противника
12.5	работать снизу вверх прямой спиной
12.6	выбрать угол, под каким давить
12.7	приподнять плечо соперника и оказать давление
12.8	в одну руку
12.9	прямо, в шею, в сторону
12.10	после захвата быстро встать и работать в мяч или толкать противника
13	Игровые отрезки
13.1	борьба за мяч (отбор)
13.2	подбор катящегося к зачётке мяча в падении
13.3	ловля высоколетящего мяча
13.4	подбор катящегося мяча (к себе)
14	Штрафной удар
14.1	Совершенствование штрафного удара

Этап совершенствования спортивного мастерства

Таблица 16

№/п	Программный материал
I	ОФП
1	Бег
1.1	спиной вперед
1.2	правым и левым боком
1.3	зигзагами
1.4	в переменном темпе
1.5	по пересеченной местности
2	Гимнастические упражнения:
2.1	Упражнения для мышц рук
2.2	плечевого пояса
2.3	спины, шеи, ног, живота
2.4	Упражнения в различных исходных положениях на месте и в движении
2.5	круговые движения рук, отведение рук назад
2.6	с пружинящими движениями
2.7	сгибание и разгибание рук в упоре лежа
2.8	Наклоны, вращения, повороты головы.
3	Упражнения с набивными мячами (3-4 кг): стоя, лежа, сидя, на коленях: поднимание и опускание мяча в разных плоскостях, круговые движения, сгибания и разгибания рук, наклоны и т. д. Броски и ловля набивных мячей.
4	Упражнения на гимнастической стенке: лазанье, подтягивание, держание угла, упражнения на растягивание связок.
5	Упражнения с гимнастической скамейкой: приседания, прыжки,

	отжимания; упражнения для мышц брюшного пресса и спины.
6	Упражнения со скакалкой , на канате, с отягощением (в том числе с партнером на плечах), на гимнастических снарядах (отжимания, размахивание, соскоки.
7	Отягощающие упражнения с партнером. Акробатические упражнения: Кувырки вперед и назад, одиночные и сериями. Перевороты вправо и влево, с места и с разбега, с вальсетами. Стойки на голове, стойки на руках и у стенки. Перевороты и кульбиты на матах и на полу.
8	Эстафеты с акробатическими упражнениями.
II	Специальная физическая подготовка.
2.1	Специальные физические упражнения и работа в тренажерном зале: Упражнения с отягощением, отжимания на брусьях.
2.2	Упражнения для развития шейного, грудного и поясничного отдела позвоночника, плечевого пояса, локтевого сустава, лучезапястного сустава, тазобедренного сустава, коленного сустава, голеностопного сустава, туловища (спины, талии, ягодиц), тазового пояса, бедер и икроножных мышц.
2.3	Упражнения для улучшения осанки, для мышц ног и рук.
2.4	Упражнения с эспандером.
2.5	Упражнения с гантелями и штангой.
III	Техническая подготовка
3.1	Терминология и классификация технических приемов регби.
3.2	Основные технические приемы: стойка (нападающего, защитника) перемещения, блокирование, персональная опека
3.3	Техника владения мячом: передачи и ловля мяча, вбрасывание мяча, ловля высоколетящего мяча, удары ногой по мячу.
3.4	Техника нападения. Стойка нападающего в назначаемой схватке, перемещения без мяча, бег с измененном направления и скорости, передвижения приставными шагами (боком, вперед-назад), остановка шагом, прыжком, повороты на месте и в движении, сочетание передвижений, остановок, поворотов.
3.5	Ловли мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке.
3.6	Обратный пас. Длинный спиральный (крученный) пас.
3.7	Ловля мяча на скорости. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча с сопротивлением противника. Ловля высоколетящего мяча, ловля мяча с отскока от земли,
3.8	Удары ногой по мячу: по земле, высокий, дальний, спиральный удар.

3.9	Обыгрыш противника один в один, при применении различных ложных движений: шаг в сторону, скрестный шаг, ложный пас. Обыгрыш два в один, три в два и т.д.
3.10	Обманные движения при игре в коридоре.
3.11	Техника защиты. Стойка защитника, перемещения-захваты вперед и назад, смещения вправо и влево, низкий и высокий захват.
3.12	Индивидуальная защита.
3.13	Захваты противника: спереди, сбоку, сзади.
3.14	Коллективная защита. Захват вдвоем, втроем. "Передавливание" противника в открытой игре. Игровое мышление при игре в защите. Перестроение игроков в защите. Овладение мячом при атаке противника и контратаке. Захват противника и быстрое вставание для подъема лежащего мяча. Коллективные действия в раках и молах.
IV	Тактическая подготовка.
4.15	Групповая и командная тактика в зависимости от сильных и слабых качеств команды противника.
4.16	Средства, способы, формы ведения игры.
4.17	Игровая дисциплина
4.18	Тактика защиты. Основные принципы защиты. Расстановка, функции защитников. Надежный захват, подстраховка партнерами, игра в линию. Сгон атаки к ауту. Рассыпание от назначаемой и произвольной схваток. Перестроение при игре в "коридоре". Подстраховка задней линии. Коммуникабельность защиты. Занятие позиции, перемещения. Подворот схватки в левую сторону.
4.19	Групповые действия: "разбор" игроков, смена подопечных, переключение защитников, подстраховка, групповое блокирование, действия в меньшинстве.
4.20	Командные действия: персональная защита, перестроение линии защиты. Защита против различных систем нападения. Умение монолитно входить в назначаемую схватку, создавая давление на нападающих противника.
4.21	Тактика нападения: Основные принципы нападения. Расстановки. Функции нападающих, индивидуальная тактика нападающего: общие требования, выбор места, освобождение от защитника, взаимодействие с партнером, подбор мяча.
4.22	Групповые тактические действия: втягивание большего количества защитников противника в борьбу, взаимодействия двух игроков, взаимодействия трех игроков, различные тактические комбинации.

	Построение "молов", "раков".
4.23	Командные действия: игра в назначаемой схватке, игра в коридоре. Свободная игра. Контратака после удара ногой противника. Задавливание от назначаемой схватки. Подворот схватки в правую сторону. Атака третьей линией схватки. Второй и третий удар игроков схватки. Перестроение линии трех четвертных. Розыгрыш лишнего игрока. Задавливание в коридоре. Скол в коридоре в открытую и закрытую стороны. Отыгрыш мяча в коридоре.
4.24	Комбинационная игра в коридоре. Игра линии трех четвертных. Комбинации на создание преимущества: игра в "крест", забегание, проброс, ложный крест, уширение. Умение монолитно входить в назначаемую схватку, создавая давление на защиту противника.
V	Судейская практика. Судейство соревнований. Правила соревнований.
5.1	Практикум: Судейская жестикуляция. Проверка знания правил соревнований. Судейство игр на учебных занятиях, товарищеских встречах. Зачетное судейство игры. Основы методики обучения и занятия. Привлечение воспитанников к судейству товарищеских игр младших групп.

4.2. Учебно-тематический план

Таблица 17

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/свыше одного года обучения:	≈ 120/180		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая	≈13/20	октябрь	Понятие о

	культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека			физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организован ности, воли, нравственны х качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиеническ ие требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях

				физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	≈13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈14/20	июнь	Понятийность Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке

				спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся	≈14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
Учебно-тренировочный	Всего на учебно-тренировочном	≈600/960		

этап (этап спортивной специализации)	этапе до трех лет обучения/ свыше трех лет обучения:			
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК)
	Режим дня и питание обучающихся	≈70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного

				процесса. Роль питания в подготовке обучающихс я к спортивным соревновани ям. Рационально е, сбалансиров анное питание.
	Физиологически е основы физической культуры	≈70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классифика ция различных видов мышечной деятельност и. Физиологич еская характерист ика состояний организма при спортивной деятельност и. Физиологич еские механизмы развития двигательны х навыков.
	Учет соревновательн ой деятельности, самоанализ обучающегося	≈70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающего ся. Классифика ция и типы

				спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	≈70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	≈60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки

				для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта	≈60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
Этап совершенствования спортивного мастерства	Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства:	≈ 1200		
	Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта	≈ 200	сентябрь	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие

				международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта.
	Профилактика травматизма. Перетренированность/ неотренированность	≈ 200	октябрь	Понятие травматизма . Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 200	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
	Психологическая подготовка	≈ 200	декабрь	деятельности. Характеристика психологиче

				ской подготовки. Общая психологиче ская подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классифика ция средств и методов психологиче ской подготовки обучающихс я.
	Подготовка обучающегося как многокомпонен тный процесс	≈ 200	январь	Современны е тенденции совершенств ования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфическ ий и интегральны й продукт соревновате льной деятельност и. Система спортивных соревновани й. Система спортивной тренировки.

				Основные направления спортивной тренировки.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	≈ 200	февраль-май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.
	Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологиче

			ские средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств.
--	--	--	---

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «регби» основаны на особенностях вида спорта «регби» и его спортивных дисциплин. Реализация Программы проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «регби», по которым осуществляется спортивная подготовка. *(п. 7 главы V ФССП по виду спорта «регби»)*

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «регби» учитываются Организацией при формировании Программы, в том числе годового учебно-тренировочного плана. *(п. 8 главы V ФССН по виду спорта «регби»)*

К Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта относятся:

1. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки. *(п. 9 главы V ФССП по виду спорта «регби»)*

2. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта. *(п. 11 главы V ФССП по виду спорта «регби»)*

6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Организация обеспечивает соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям. *(п. 12 главы VI ФССП по виду спорта "регби")*

К иным условиям реализации Программы относятся трудоемкость Программы (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп. *(п. 15 главы VI ФССП по виду спорта «регби»)*

Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом "Тренер-преподаватель", утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный N 62203), профессиональным стандартом "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519), профессиональным стандартом "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 N 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный N 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области

физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054).

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта " регби ", а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

6.1. Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие поля для игры в регби;
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 N 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях" (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный N 61238) <1>;

<1> С изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 N 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный N 67554).

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение N 10 к ФССП);
- обеспечение спортивной экипировкой (приложение N 11 к ФССП);

- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

**Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем,
необходимыми для прохождения спортивной подготовки**

Таблица 18

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1	Барьер легкоатлетический	штук	12
2	Барьер (высота 15 см)	штук	10
3	Барьер (высота 32 см)	штук	10
4	Безопасный гриф для приседаний	штук	2
5	Ворота для регби (Н-образные)	штук	2
6	Гантели массивные (от 0,5 до 3 кг)	комплект	5
7	Гантели переменной массы (от 3 до 36 кг)	комплект	5
8	Гири спортивные (16, 24, 32 кг)	комплект	5
9	Гриф штанги олимпийский 20 кг	штук	5
10	Динамометр ручной	штук	1
11	Диски для штанги(1,25; 2,5; 5; 10; 20; 25 кг)	комплект	5
12	Жилет тренировочный с защитой ног	штук	15
13	Замки для грифов	пар	5
14	Защитные мягкие накладки для боковых флажков	штук	14
15	Защитные мягкие накладки на стойки ворот	штук	4
16	Кольца координационные	штук	12
17	Конус разметочный (высота 30 см)	штук	20
18	Набор для тэга регби (пояс с флажками)	штук	15
19	Машина для нанесения разметки на поле	штук	1
20	Мешок регби для захватов	штук	10
21	Мешок регби силовой (10, 15, 20 кг)	штук	5
22	Мяч для регби (3, 4, 5 размер)	штук	15
23	Мяч для регби тяжелый (2-3 кг)	штук	5
24	Мяч для регби, тренировочная половинка	штук	15
25	Мяч набивной (медицинбол)(от3 до 12 кг)	комплект	2
26	Насос для мячей	штук	5
27	Подставка для мяча	штук	3
28	Секундомер	штук	на тренера 1
29	Скакалка	штук	на группу 15

30	Сумка (сетка) для хранения мячей	штук	на тренера 1
31	Силовая рама со страховочными упорами	штук	2
32	Тренажер «Лестница координационная напольная»	штук	2
33	Фишка разметочная	штук	100
34	Флагшток для крепления флажков	штук	14
35	Флажок (для обозначения границ поля)	штук	14
36	Щит регби для захватов	штук	20
37	Щит регби для захватов (70x35 см)	штук	10

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 19

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Манишка (двух цветов)	штук	30

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

Таблица 20

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование						
Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
			Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
				До трех лет	Свыше трех лет	
			количество	количество	количество	количество
Скрам-машина (из двух подушек)	штук	на группу	-	-	1	-
Скрам-машина	штук	на группу	-	-	-	1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

№ / п	Наименование	Единица	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки		
				Этап начальной	Учебно-тренировоч	Этап совершенс

		изм ере ния	ца	подготовки		ный этап (этап спортивной специализа ции)		твования спортивно го мастерств а	
				ко ли че ст во	срок экспл уатац ии (лет)	ко ли че ст во	срок экспл уатац ии (лет)	ко ли че ст во	срок эксп луат ации (лет)
1.	Бутсы (шипы пластико вые) для разных видов покрытия	пар	на обучаю щегося	-	-	1	1	2	0,5
2.	Бутсы регбийны е (шипы комбинир ованные или металлич еские) для разных видов покрытия	пар	на обучаю щегося	-	-	-	1	2	0,5
3.	Гетры регбийны е	пар	на обучаю щегося	-	-	2	0,5	2	0,5
4.	Костюм спортивн ый ветрозащ итный	штук	на обучаю щегося	-	-	1	1	1	1
5.	Костюм спортивн ый трениров очный	штук	на обучаю щегося	-	-	1	1	1	1
6.	Кроссовк и для спортивн ого зала	пар	на обучаю щегося	-	-	1	1	2	1

7.	Кроссовки и легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1
8.	Протектор зубной (капа)	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1
9.	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	2
10.	Футболка регбийная	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1
11.	Шлем защитный регбийный	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	1
12.	Шорты регбийные	штук	на обучающегося	-	-	2	0,5	2	0,5

6.2. Кадровые условия реализации Программы:

Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками:

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «регби», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися). **Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников Организации.**

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным профессиональным стандартом "Тренер-преподаватель", утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный N 62203), профессиональным стандартом "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519), профессиональным стандартом "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта",

утвержденный приказом Минтруда России от 21.04.2022 N 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный N 68615) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054).

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Организации.

Работники направляются Организацией на соответствующую профессиональную переподготовку и повышение квалификации в сроки, определенные в соответствии с утвержденным в Организации планом профессиональной переподготовки, повышения квалификации на основании приказа руководителя Организации. (п. 24 Приказа № 999)

6.3. Информационно-методические условия реализации Программы

1. Варакин В.А. Предсоревновательная подготовка квалифицированных регбистов: дис. канд. пед. наук. - М., -1983
2. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: дис. .д-ра пед. наук. - М., 1981
3. Иванов В.А Интегральная подготовка в структуре тренировочного процесса квалифицированных регбистов: дис. канд. пед. наук. - М, - 2004 г.
4. Кирияк Р. Мини-регби. - М.: ФиС, 1976 -110 с.
5. Колев Н. Особенности структуры и содержания силовой подготовки высококвалифицированных регбистов в годичном цикле тренировочного процесса: дис. ...канд. пед. наук.-М, 1996
6. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность. - М.: Терра-спорт, 2000
7. Кучин В.А. Особенности методики физической подготовки юных регбистов на этапе углубленно спортивной тренировки: дис. .канд. пед. наук. - М, 1981
8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999 г.
9. Нормативно-правовые и программные основы деятельности спортивных школ училищ олимпийского резерва, Бауэр В.Г., Макаров А.В., Березина А.В., Москва, 2002 год.
10. Основы подготовки регбистов /Холодов Ж.К., Варакин Б.А., Петренчук В.К. - М.: ФИС, 1984 - 188 с.

11. Основы управления подготовкой юных спортсменов /Под ред. Набатниковой, М.Я. -М., 1982
12. Программа по регби для спортивных школ, Антонов Е.И., Иванов А.А., Агафонова А.В., Москва 2007 год.
13. Пулен Р. Регби игра и тренировка. - М.: ФиС, 1978
14. Сорокин А. Регби. - М.: ФиС, 1968 -120 с.
15. Хайхем Е.С., Хайхем В.Ж. Регби на высоких скоростях, - М.: ФиС, 1970
16. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. - М., 1987
17. Программа спортивной подготовки для спортивных школ, специализированных школ олимпийского резерва. Регби. Программа; Москва, 2007
18. Сахарова М.В. Основы подготовки в регби, М.: СПОРТНА, 2005 - 320 с.

Интернет-ресурсы:

Министерство спорта Российской Федерации
minsport.gov.ru

Министерство физической культуры и спорта Московской области
mst.mosreg.ru

Федерация регби России
region50@rugby.ru

Региональная общественная организация
Федерация Регби Московской области
rugby.ru

Российское антидопинговое агентство
rusada.ru