Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

 «Средняя образовательная школа №16» г. Хабаровска

Тема: «РЭГБИ.»

Работу выполнил ученик 8 «А» класса

Ашуров Бахром.

Руководитель : учитель физической культуры

 Матвеева Т.М.

г. Хабаровск 2021 г.

Оглавление

Введение ………………………………………………………….3

Глава 1. Теоретическая часть. Регби……………………………4

Глава 2. Практическая часть. Описание продукта……………..13

Заключение ………………………………………………………16

Список литературы………………………………………………16

Приложение………………………………………………………17

Введение

 В настоящее время всё более актуальной задачей становится разработка всё новых эффективных подходов к физическому воспитанию учащихся, которые позволили бы повысить интерес к систематическим занятиям физической культурой и формированием здорового образа жизни. В этой связи, важным направлением в области физического воспитания школьников является внедрение спортивно-ориентированных форм обучения, интеграция в образовательный процесс средств спорта.

**Актуальность** данной темы обусловлена тем, что в настоящее время значительно возрос интерес к такому виду спорта, как регби. Поскольку спорт признается одним из важных регуляторов общественной жизни, а также необходимым условием становления и развития человека как разносторонне и полноценно развитой личности для школьников спорт является сферой реализации своих возможностей. А поскольку на базе нашей школы осуществляется учебно-тренировочный процесс спортивной секции, по тэг-регби .Следовательно, основой проекта будут являться учебный материал.

**Цель проекта** – создание буклета с информацией о видах регби.

**Задачи проекта**:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проекту.

2. Ознакомиться с историей возникновения регби .

3.Изучить информацию о тэг-регби.

**Гипотеза**: я предполагаю , что в дальнейшем собранная информация позволит популяризировать данный вид спорта среди школьников.

**Объект:** физическая культура и спорт

Предмет: Регби.

**Глава 1. Теоретическая часть. Регби.**

 История возникновения и развития регби Родоначальником регби принято считать Уэбба Эллиса, являясь учеником одной из школ города Регби (Англия), во время футбольного матча он схватил мяч руками и устремился к зачётной зоне соперника. В то время существовало несколько разновидностей футбола, и регламент того матча допускал касание мяча рукой, однако перемещаться с мячом не разрешалось. Стоит отметить, что данная гипотеза не имеет доказательств, но она укоренилась в регбийной культуре, а Уэбб Эллис стал одним из символов игры.

 В 1845 году силами учеников была совершена первая попытка сформулировать правила регби, а в 1848 году студенты Кембриджского университета выпустили свой свод правил, который стал использоваться как регламент для проведения последующих матчей. В 1863 году появился первый регбийный клуб «Blackheath» (Блэкхит) он состоял из участников Английской футбольной ассоциации и вступить в него могли все желающие. В 1871 году был создан Регбийный союз Англии. Сама игра в то время называлась «Регби-футбол».

 В конце 19 века в английском регбийном сообществе произошел раскол. Это произошло из-за того, что некоторые клубы из северной части страны активно отставали свое право выплачивать игрокам денежные компенсации, так как многие игроки были вынуждены пропускать работу из-за матчей. В то время как игра имела любительский статус, а, следовательно, никаких выплат быть не могло. Итогом конфронтации стал выход некоторых команд из союза, модификация ими правил регби и образование на этой почве новой игры – регбилиг. 27 марта 1871 года состоялся первый общепризнанный международный матч между Англией и Шотландией.

 В истории дореволюционной Россий крайне осторожно, почти шёпотом упомянуты первые регбийные игры. Одним из ярких случаев был матч гимназистов и команды английского парохода, прибывшего в одесский порт. Необученные и ничего не знающие о регби ученики столкнулись с грубой силой и жестокостью этого вида спорта. В том далёком, дореволюционном 1908 году, разрешалось останавливать соперника любыми доступными видами борьбы. Игроки могли бить друг друга по ногам, хватать за горло и буквально уничтожать ради мяча овальной формы в руках соперника.

Интерес к регби и создание на его основе множества команд привели к тому, что в 1936 году состоялся первый регбийный чемпионат.

 Сейчас, регби под руководством [Федерации регби России](https://rugby.ru/) на подъеме. Региональные команды получают спонсорскую поддержку и возможность конкурировать с топами российского чемпионата. За счёт этого на трибунах появляются зрители, готовые болеть за любимую команду и в горе, и в радости. Это значит, что все ещё у российского регби впереди.

**Правила игры в регби.**

В основе регби – принцип набора максимального числа очков, которое выше, чем у команды противника за счёт несения мяча в руке, пасов, ударов ногой и приземления в зоне зачета. Борьба за владение мячом является ключевой, именно за счет этого и формируется зрелищность матча.

Коротко о правилах игры в регби. Матч в регби состоит из двух таймов по 40 минут каждый с перерывом 5-10 минут. После перерыва команды должны поменяться воротами. Если по итогам матча счет равный, то назначается дополнительное время 2 тайма по 10 минут. От каждой команды на поле одновременно выступают 15 человек, из которых 8 являются нападающими и 7 защитниками. По итогам жеребьевки определяется команда, которая введет мяч в игру первой. Мяч вводится в игру ударом ноги.

Основной целью игроков регби является продолжительное удержание мяча, не давая шансов противнику завладеть им. Для этого могут быть использованы самые искусные методы, не противоречащие правилам.

Очки в регби зачисляются за ряд действий:

* За попытку – 5 очков. Атакующий игрок команды должен перенести мяч за зачетную линию и бросить его на землю.
* За штрафную попытку – 7 очков. Зачисление противнику в случае нарушения стороной, которая выполняла попытку.
* За реализацию – 2 очка. Для зачисления мяч следует закинуть в ворота соперника и обязательно, чтобы он прошел в промежутке между штангами, но выше перекладины. Реализация становится возможной только за попыткой.
* За штрафной гол – 3 очка. Начисляются после успешного штрафного удара при условии нарушений. Выполняется с той точки поля, где было зафиксировано нарушение.
* За дроп-гол – 3 очка. Даются команде за удар в ворота с ног, а не с рук. Реализуется путем отпускания мяча прямо на землю с последующим ударом ногой.

Также существует ряд иных запретов в игре:

* Агрессия при атаке соперников (бить, толкать);
* Преднамеренно мешать играть сопернику, у которого в руках мяч, при условии, что игрок находится «вне игры»;
* Руками бить соперников;
* После получения мяча выходить из схватки и пытаться бежать вперед через стоящих впереди игроков своей команды;
* Ставить соперникам подножки, бить ногами, наступать на лежачих;
* Ставить блок или атаковать соперника, который ввел мяч в игру.

**Отличие регби от тег-регби.**

Тэг-регби - разновидность бесконтактного регби с использованием дополнительного спортивного инвентаря – 2-х ленточек на липучках (тэгов). В тэг-регби играют в основном начинающие, дети и подростки, так как он более безопасный. При кажущейся простоте игра  очень интересная, за счет применения тактического мышления игроков, здесь применяется не сила, а ловкость. Игра помогает детям стать сильнее, ловчее и смелее. Правила просты и дети быстро их усваивают. Чем больше ребенок  двигается на уроке, тем лучше, потому что это способствует его физическому развитию. И уже со следующего учебного года мы включили в расписание уроков физкультуры бесконтактный регби.

 Для игры в тэг – регби подходит стандартная спортивная площадка, отвечающая требованиям безопасности работы с обучающимися. Размеры площадки зависят от количества участников. Игровое покрытие поля должно быть безопасным. Игры можно проводить на траве, искусственной траве, песке, снегу, в спортивном зале.

 В этой игре нет схваток и вбрасывания из аута, а захваты запрещены. Игра впервые была проведена в Англии в качестве привлечения молодежи в такую игру, как регби. С того момента популярность Тэг-регби заметно возросла, и теперь в него играют в разных странах по всему миру. Тэг-регби теперь считается не только способом вовлечения юных игроков в контактное регби, но и отдельной игрой.

И атакующие и защищающиеся игроки ответственны за избегание контакта друг с другом в любое время. Игроку с мячом не разрешается бежать прямо на защитников, а защитникам не разрешается блокировать продвижение игрока с мячом. НЕ допускается использовать руки, локти или мяч для блокировки или защиты своей ленты любым способом. Не разрешается тянуть за одежду или за мяч, а также выбивать мяч у игрока с мячом. Игрок, который инициирует контакт, должен быть наказан, и ему необходимо напомнить об этом правиле.

Запомните: «Бегите в пространство, не в игрока»

Целью игры является набор попыток. Цель каждой из команд – положить мяч на или за линию ворот противника, таким образом, реализовав попытку. Цель команды, не владеющей мячом (команда защиты), предотвратить продвижение атакующей команды, срывая ленты с игрока, владеющего мячом. Атакующая команда имеет четыре (4) «захвата» или «розыгрыша» для набора очков. Если совершается пятый (5-й) «захват», то происходит передача мяча, и защищающая команда получает владение мячом и становится атакующей командой.

Экипировка. Спортивная одежда, подходящая для занятий регби и соответствующая погодным условиям. «Тэг» пояс надевается на талию игрока, две «тэг» ленты крепятся по бокам к «тэг» поясу при помощи «липучки». «Тэг» пояс должен надеваться поверх формы, футболки должны быть заправлены, а «тэг» ленты должны располагаться так, чтобы их можно было беспрепятственно сорвать. Каждую команду можно отличить по цвету «тэг» лент на игроках.

Спортивный инвентарь. Для игры понадобится регбийный мяч (размер 3 и 4). Для разметки игровой площадки, можно использовать «маркеры» или так называемые фишки.

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

Состав команд. В тэг – регби играют команды с равным количеством игроков. В идеале количество игроков должно быть не больше 7 и не меньше 5, но это количество может варьироваться в зависимости от размеров поля, команды и количества запасных игроков. В смешанных играх должно быть как минимум три (3) игрока противоположного пола на поле в любое время игры. Замены разрешаются без ограничений в течение всей игры, но в смешанных играх указанное число игроков каждого пола должно постоянно поддерживаться.

Возможные составы команд в игре тэг – регби на уроке:

* Только мальчики
* Только девочки
* Смешанный состав (в составе команды и мальчики, и девочки)

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

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

Правила игры:

- Розыгрыш мяча используется для начала игры или ее возобновления в месте, где мяч вышел из игры, или в месте нарушения, или в месте передачи мяча. Мяч может быть положен на землю или может находиться в руках, и по команде судьи «ИГРА», но не ранее, атакующий игрок должен коснуться мяча стопой или нижней частью ноги и отдать пас.

- Во время выполнения свободного удара группа противника должна стоять достаточно далеко от игрока с мячом: дистанция не менее 5 м. Они бегут вперёд только после того, как мяч был разыгран.

- Разрешается делать передачи назад и вбок. Пасы вперёд делать запрещается.

-  Нельзя передавать мяч из рук в руки, бить его ногами.

- Игра вперед происходит, когда игрок пытается поймать мяч и роняет его вперед на землю по направлению к зачётной линии соперника. Игра вперед наказывается назначением розыгрыша мяча невиновной командой

- Нельзя держать мяч одной рукой.  Для стимулирования игры в пас и во избежание со стороны игрока с мячом умышленных или неумышленных попыток защитить свою ленту игрок с мячом ДОЛЖЕН, когда он находится на расстоянии три (3) метра от защитников, ДЕРЖАТЬ МЯЧ ОБЕИМИ РУКАМИ. Если игрок с мячом нарушает это правило, судья выкрикивает предупреждение «ДВЕ РУКИ». Если это предупреждение игнорируется, то игрок должен быть наказан назначением розыгрыша мяча в пользу команды, не виновной в нарушении.

- Чтобы ввести мяч обратно в игру после аута судья объявляет выполнение свободного удара.

- При любом нарушении правил тэг-регби назначается розыгрыш мяча невиновной командой на месте, где произошло нарушение, и счет захватам возвращается на ноль. Если нарушение происходит за зачётной линией или на расстоянии до пяти метров (5м) до неё, розыгрыш мяча назначается в пяти метрах (5м) от зачётной линии для создания достаточного пространства. Когда совершается попытка, команда, не совершившая попытку, возобновляет игру в центре поля с розыгрыша мяча.

- Игрок  с мячом, утративший ленту  должен остановиться и немедленно отдать пас. Игроку с мячом разрешается сделать максимум три (3) шага и ему дается не более трех (3) секунд для того, чтобы отдать пас. Если он не соблюдает этого, то назначается розыгрыш мяча в пользу невиновной команды в месте нарушения. После этого он получает свою ленту обратно, закрепляет её снова на поясе и после этого входит снова в игру.

- Участник, который сорвал ленту, тут же должен поднять руку с ней и выкрикнуть «Тэг!». Затем отступить на 1 метр в сторону от зачётного поля противника, чтобы последний смог передать мяч. Захвативший тэг  игрок не может более продолжать участие в игре, пока не передаст ленту обратно атакующему игроку (но не бросать ленту на пол), а атакующий игрок не может принимать участие в игре, пока снова не прикрепит ленту к поясу.

*Примечание: Если игра происходит с судьёй, то проще, если судья при срывании ленты кричит «ЗАХВАТ ОДИН\*, … ПАС», «ЗАХВАТ ДВА, … ПАС» и так далее.*

- Участник возвращает ленту сопернику из рук в руки и возвращается в игру.

- Положение аута возникает в момент срывания тэга. Срывать ленту можно только с участника, владеющего мячом.

- Если атакующий игрок захвачен до того, как он приземлил мяч для совершения попытки, то такая попытка НЕ должна быть засчитана. Вместо этого должен быть засчитан «захват», и игра будет возобновлена с розыгрыша мяча атакующей командой в пяти метрах (5м) от зачётной линии. Если этот «захват» стал 5-м, то происходит передача мяча.

*Примечание: Когда захват происходит рядом или за зачётной линией, атакующий игрок может отдать пас партнеру для совершения попытки, но это должно быть сделано в течение 3 секунд.*

- Если игрок с мячом «захвачен» одновременно с пасом, то есть мяч одновременно покидает руки игрока с мячом в момент «захвата», судья всегда должен судить этот момент в пользу атакующей команды и не считать это как «захват» при подсчёте захватов. Судья должен объявить свое решение игрокам, говоря «МЯЧ УШЕЛ, ИГРАЙТЕ».

Роли игроков:

 В каждой команде по 3 нападающих и 4 защитника. Цель первых - бежать с мячом до зачетной линии, чтобы реализовать попытку и принести команде очки. Задача защиты - препятствовать продвижению мяча к зачетной линии, т.е. срывать ленту с игрока, владеющего мячом.

Нарушения, при которых назначается ШРАФНОЙ УДАР:

В интересах безопасности и честной игры игрокам необходимо соблюдать следующие правила:

• Не бить ногой — удары ногой запрещены в тэг-регби.

 • Не нырять для совершения попытки и не нырять на землю для сохранения мяча, который находится на земле — вместо этого игроки должны всегда оставаться на ногах, как при совершении попытки, так и играя мячом на земле.

 • Не тянуть и не выбивать мяч из рук игрока с мячом — в любое время.

• Не крутиться и не прыгать — игроку с мячом не разрешается умышленно вращаться или прыгать для избегания «захвата».

• Не принимать участие в игре без прикреплённых, должным образом, на свои места двух лент — по одной с каждой стороны пояса.

 Нарушения при нападении:

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

* игрок с мячом не должен для продвижения вперед входить в контакт с защитником;
* игрок с мячом не должен пытаться оттолкнуть или парировать движения защитника в его попытках сорвать ленту или в погоне за мячом;
* игрок с мячом не должен защищать свою ленту руками, локтями, мячом и т.д.;
* игрок с мячом не должен прыгать, чтобы избежать срыва ленты;
* игрок с мячом не должен сгибаться вперед, чтобы избежать срыва ленты;
* игрок с мячом не должен намеренно срывать собственную ленту.

Нарушения со стороны защиты:

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

* защитник удерживал игрока нападения, хватал его за форму в любой момент игры, захватывал игрока, владеющего мячом;
* защитник кричит «тэг», не сорвав ленту на самом деле;
* защитник бросил сорванную с противника ленту на землю;
* защитник мешает разыграть свободный или штрафной удар и не отошел на расстояние 7 метров от точки розыгрыша.

Особые нарушения:

Игрок будет наказан удалением на 2 минуты, если он:

* не соблюдает правила игры (повторное и систематическое нарушение правил).
* ведет грубую игру, проявляя некорректное поведение.

По решению судьи игрок может быть удален до конца матча, без права замены.

Начисление очков

Единственный способ набора очков в тэг-регби — это совершение попытки. Попытка засчитывается атакующей команде, когда мяч заносится и фиксируется на или за зачётной линией соперника. Попытка оценивается в одно (1) очко, но для поддержки, более выраженной командной работы в смешанных играх попытка оценивается в два (2) очка, если совершена девочкой\*.

*Примечание: Для безопасности, если игра происходит на твердых покрытиях или в  ограниченных пространствах, попытка засчитывается, когда игрок с мячом просто пересекает вертикальную плоскость зачётной линии, ему не нужно приземлять мяч.*

Правила поведения:

Игра в тэг-регби должна приносить удовольствие всем вовлечённым. Чтобы помочь создать атмосферу для этого, очень важно запомнить несколько базовых принципов спортивной этики:

 1. Осознавайте важность удовольствия и наслаждения для всех вовлечённых.

2. Играйте честно и по правилам игры.

3. Будьте позитивны с судьями и развивайте уважение команды к ним. Не спорьте с ними и не спрашивайте постоянно об их решениях. Запомните, они — неоплачиваемые добровольцы, тратящие свое личное свободное время, и без них не будет игры!

4. Будьте хорошими спортсменами — аплодируйте хорошей игре, как своих товарищей, так и соперников.

5. Помогайте создавать атмосферу удовольствия, в которой проходят игры.

6. Не подшучивайте и не кричите на игроков, которые имеют меньше возможностей или совершают ошибки.

7. Цените усилия, не результат.

8. Поддерживайте все усилия для удаления любого словесного или физического оскорбления из игры.

 Дополнения к правилам, которые используются в Российской Федерации при проведении соревнований на Всероссийских президентских спортивных играх по тэг-регби.

1. Команды играют 5x5.

 2. При розыгрыше мяча игроки защиты отходят назад за линию 5 м от линии розыгрыша. Защитникам не разрешается двигаться вперед, пока не совершен пас.

3. Счет захватам не ведется. Команда, владеющая мячом, атакует до попытки или пока не потеряет мяч (выход в аут, пас вперед, игра вперед, перехват паса противником). Это изменение в правилах игры поощряет школьников, не очень опытных в регби, не выбрасывать, а контролировать мяч, что ведет к непрерывности игры и повышает интерес у игроков и зрителей к тэг-регби.

4. Порядок начисления очков — 1 очко за попытку.

**Компьютерные игры или спорт?**

Компьютер, планшет, телефон… Сколько часов в день ваш ребенок проводит, общаясь в соцсетях с друзьями, играя в игры или просто за просмотром мультиков. Все мы знаем, в чем заключается вред компьютера. Он заменяет детям общение с близкими и другие виды деятельности, приводит к целому ряду осложнений: неврологическим и офтальмологическим. Подозрительность, мнительность, враждебно-агрессивное отношение к близким, вспыльчивость — не замечали этих черт у своего чада? Это компьютерная зависимость, и это только цветочки. Психологи давно бьют тревогу: у таких детей в будущем могут появиться проблемы поведенческого характера. Их могут преследовать фобии, они будут неконтактны и неспособны решать жизненные проблемы в реальной жизни, а не в виртуальной.

Этот вид спорта в последнее время переживает настоящий подъем и приобретает все большую популярность. Соглашение о сотрудничестве в деле повышения роли регби в укреплении здоровья.

**Основные качества регбиста**

 Регбист должен быть разносторонне подготовлен в техническом отношении: хорошо ловить мяч, летящий с различной скоростью, передавать его партнерам одной или двумя руками на большое расстояние, уметь выполнять различные удары ногой: с рук, с отскока, с земли (наиболее сложны удары с отскока и с земли, что предопределяется своеобразной формой мяча). Особенно важно для регбиста уметь уверенно захватывать противника, владеющего мячом (захваты различаются высокий, средний и низкий).

Регби — игра резкая, эмоционально насыщенная, богатая неожиданными острыми комбинациями, и, чтобы быть хорошим регбистом, надо обладать большой подвижностью, маневренностью и быстрой реакцией. Основными качествами регбиста являются хороший бег и выносливость.

Характер ведения игры, постоянная силовая борьба предъявляют высокие требования к волевой и физической подготовке регбиста. Регбист должен обладать смелостью, настойчивостью и волей к победе, мужеством и силой, чтобы выдержать постоянное единоборство с противником. Регбисту необходимо хорошо владеть навыками и баскетболиста (игра руками), и легкоатлета (бег), и борца (силовая борьба), и футболиста (игра ногами). Занятия регби способствуют гармоничному развитию всего организма.

Во время занятий и особенно в процессе самой игры у спортсмена воспитываются высокие моральные качества, дисциплинированность, уважение к своему противнику, исключительная порядочность во всех действиях на поле. Постоянная групповая силовая борьба, характерная для регби, требует, чтобы каждый спортсмен добивался победы в единоборствах только честным путем. В случаях проявления низких аморальных и антиобщественных поступков на нарушителя обычно воздействует весь коллектив регбистов. Играть в регби можно только при полном взаимном доверии и взаимном уважении.

Глава 2. Практическая часть. Описание продукта.

 Современное семейство регби насчитывает около десятка разновидностей этой игры. Различия заключаются в количестве полевых игроков, продолжительности игрового времени, способов введения мяча и т.д.

Но цель игры, у всех видов регби одинаковая.

 Суть игры в регби – набрать как можно больше очков. Чтобы заработать очки, необходимо совершить два подвига: забить мяч в ворота или занести его в зачетную зону.

 В регби, как и в футболе, существует множество разновидностей.

 Самый классический вариант игры – **регби-юнион**, в котором команды состоят из 15 человек, а игра продолжается два тайма по 40 минут.

 **Регби-7** – олимпийский вариант регби. Каждая команда состоит только из семи человек, а игра продолжается два тайма по семь минут. Но финал олимпийского турнира будет продолжаться два тайма по десять минут. В [регби-15](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%B3%D0%B1%D0%B8-15) захваченный игрок обязан избавиться от мяча, за который команды борются в «раке» (произвольной схватке). Матчи проходят на том же поле, что и в классическом регби.

Существуют **тач-регби** и тег-регби. Размеры поля в этих разновидностях игры уменьшены в два раза по сравнению с классическим, равно как и продолжительность тайма (20 минут). Тег-регби вообще считается самой «мягкой» версией регби, поскольку контакт между игроками сведен до минимума.

 Отличительными особенностями *тача* являются легкость в обучении, минимальные требования по снаряжению и экипировке, и возможностью играть без риска получить травму. Обычно в игре участвуют две команды по 6 полевых игроков, однако в некоторых видах соревнований допустимо иметь до 7-ми полевых игроков. В *тач* играют игроки обоего пола и возрастов от первоклассников до людей за 50. Смешанная версия игры, в которой одновременно на поле присутствуют как женщины так и мужчины, является популярной разновидностью игры в компании и так же в неё часто играют в школах.

**Регбилиг** – почти то же самое, что и классическое регби, но количество игроков в команде ограничено 13.  Цель игры — приземлить мяч в зачётной зоне за воротами соперников. Регбилиг, в отличие от регби-юнион  -более скоростная и динамичная игра. В ней меньше внимания уделено борьбе за игровые зоны. В регбилиг захваченного игрока необходимо освободить, после чего владеющая мячом команда начинает следующую атаку. Если после шести захватов команда не занесла попытку, мяч передается сопернику. Это отличие позволяет сделать игру более зрелищной даже для неспециалиста.

В **пляжном регби** игра проводиться на поле, максимальный размер которого составляет 50 на 35 м (обычно – 30 на 20). В каждой команде по 7 человек, а система начисления очков максимально упрощена.

 [Спортивная](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82) [командная игра](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D0%B4%D1%8B_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0) с овальным [мячом](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%8F%D1%87), который игроки каждой команды, передавая друг другу руками и ногами, причём пас руками осуществляется только назад, стараются приземлить в зачётном поле, в отличие от классического [регби](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%B3%D0%B1%D0%B8) ворота в игре, как правило, не используются. Также к основным отличиям относятся меньший размер игрового поля, меньшее количество игроков, упрощённый подсчёт очков.

Есть также **подводное регби, регби на колясках, мини-регби, зимнее регби, регби-9, регби-10**. Правила во всех отличаются, но смысл и дух игры – одни и те же.

**Подводное регби**. Соревнования проводятся под водой в бассейне с участием двух команд спортсменов, каждая из которых состоит из 12 игроков, экипированных ластами, масками и трубками. Цель соревнования — забить мяч, имеющий отрицательную плавучесть, в корзину соперника, расположенную на дне бассейна.

**Регби на колясках** было придумано в Канаде в 1970-х годах парализованными спортсменами. Впервые широкой публике этот вид спорта был продемонстрирован на Паралимпийских играх в Атланте в 1996 году как показательный.

 Этот вид спорта считается одним из самых экстремальных для людей с ограниченной двигательной активностью, так как во время игры существует крайне жесткий контакт между спортсменами, находящимися на специальных игровых колясках. Команды комплектуются как из мужчин, так и женщин. Состав команды – до 12 человек, одновременно на площадке могут находиться только 4 человека.

Целью каждой команды является набор игроками очков путем касания или пересечения линии ворот соперника мячом, над которым осуществляется контроль. Возможны следующие действия с мячом: передача, бросок, удар, крученый удар, дриблинг или передвижение с ним в любом направлении, ограниченном действующими правилами. Команда, набравшая большее количество очков к окончанию игры, признается победительницей.

 Для регбистов не существует плохой погоды, поэтому среди разновидностей игры с овальным мячом существует суровая **зимняя версия.** Совершенно логично, что в местах, где солидную часть года лежит снег или просто есть настоящая зима, было просто суждено появиться снежному регби. Во многих уголках планеты легче найти заснеженное поле, чем хороший газон для игры.

Самое главное правило – больше двух секунд мяч не может находиться на земле после захвата, что делает игру невероятно динамичной и зрелищной. На поле находится по пять человек от каждой команды, а замены неограниченны и разрешены в любое время. Матч длится два тайма по 5 минут, с 2-х минутным перерывом. За каждую попытку насчитывается не 5 пять, а одно очко. Мяч используют тоже нестандартный,  немного меньше – 4-го размера. Играть ногой запрещено, вместо схваток и коридоров - свободный удар. Так как поле тоже уменьшено в размерах (обычно 31 на 25 метров), то и отходить после нарушения команда должна только на 5-ть метров. Всё гораздо проще, но в тоже время изюминка регби сохранена.

**Заключение.**

 Результатом проекта можно считать собранную информацию и анализ полученных данных, представленный в виде конспекта к уроку, который можно использовать учителю.

 С помощью изучения и внедрения в учебный процесс игры «тэг-регби» повышается интерес у занимающихся к систематическим занятиям физической культурой и формированию здорового образа жизни, способствует комплексному развитию двигательных и психических качеств.

 В настоящее время в России все более актуальной становится проблема разработки новых эффективных подходов к физическому воспитанию.

Программа актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта регби в нашей стране. Игра регби способствуют социально-психологическому становлению личности школьника.

Каждый ребёнок тянется к новому, неизведанному.

**Список литературы.**

1.Руководство для начинающих по регби / творческая студия BROCCOLI - IBR, 2008. - 16с.

2.Спортивная энциклопедия: SPORTWIKI. – Режим доступа: httр://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/regbi/

3.Хаймен Е.С. Регби на высоких скоростях/ Е.С. Хаймен, В. Ж. Хаймен, перевод с анг. В. Кокорева, - М.: «Физкультура и спорт»,2010. - 276 с.

4.Хонегер А. Регби / А. Хонегер - М.: «Музбука», 2008. - 234 с.