



GET INTO  
RUGBY



РЕГБИ  
РОССИИ



# ТЭГ-РЕГБИ ЗА 8 ЧАСОВ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ТЭГ-РЕГБИ  
И ПОДГОТОВКИ КОМАНДЫ К СОРЕВНОВАНИЯМ

ISBN 978-5-91402-254-6



9 785914 022546



РЕГБИ  
РОССИИ



ФГБУ ФЦОМОФВ



# ТЭГ-РЕГБИ ЗА 8 ЧАСОВ

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ТЭГ-РЕГБИ  
И ПОДГОТОВКИ КОМАНДЫ  
К СОРЕВНОВАНИЯМ**

Москва – 2020

ББК 75.575,1  
УДК 796.333  
Т 96

**Авторы-составители:** Ковтун В. Н., Ксенофонтова Е. А., Тагоев С. А.

Использованы фотоматериалы пресс-службы ФГБОУ ВДЦ «Орленок».  
Фотограф - Житков Николай Игоревич.

**Т 96 Тэг-регби за 8 часов :** практическое пособие для проведения занятий по тэг-регби и подготовки команды к соревнованиям / авт.-сост.: В. Н. Ковтун, Е. А. Ксенофонтова, С. А. Тагоев ; Федерация регби России. – Киров : О-Краткое, 2020. – 64 с. : ил.

ISBN 978-5-91402-254-6

Первое в России практическое пособие по тэг-регби. Помогает преподавателю эффективно выстроить с нулевого уровня процесс обучения игре в тэг-регби. Пошаговый рабочий курс занятий подводит к умению играть в тэг-регби уже на четвертом занятии. Авторы оставляют преподавателю простор для корректировки процесса обучения, развития и укрепления игровых навыков у занимающихся. Данный курс не является догмой, а лишь рекомендует, как, используя игровой метод обучения, можно быстро, легко и интересно достичь поставленной цели - подготовить команду к предстоящим соревнованиям по тэг-регби. Книга полезна, как начинающим преподавателям, которым нужны четкие рекомендации по подготовке команды за короткий срок, так и опытным специалистам, которые самостоятельно определяют для себя, как применять описанные в книге методы и способы подготовки, сохранив при этом общую направленность на использование игрового метода обучения. Подвижные игры, описанные в данном приложении, подходят для использования преподавателями в работе секций дополнительного образования и на уроках физической культуры в рамках образовательных программ. Издание содержит ссылки на профильную литературу для школьников, используемые в международной практике World Rugby и рекомендованные Федерацией регби России при проведении соревнований по тэг-регби на Всероссийских спортивных соревнованиях(игр) школьников «Президентские спортивные игры» в сезоне 2020/2021 учебного года.

ББК 75.575,1  
УДК 796.333

ISBN 978-5-91402-254-6

© В. Н. Ковтун, Е. А. Ксенофонтова,  
С. А. Тагоев, текст, составление, 2020  
© Федерация регби России, 2020  
© Оформление. О-Краткое, 2020

## Авторы:



**КОВТУН**  
Виктор Николаевич

Мастер спорта РФ по регби,  
тренер спортивной сборной  
команды России (ФГБУ «ЦСП»),  
администратор юниорских сборных  
команд по регби-7  
Федерации регби России



**ТАГОЕВ**  
Сахобудин Ахлидинович

Мастер спорта СССР по регби,  
Директор международной  
программы GET INTO RUGBY  
в России, член рабочей группы  
по проведению Всероссийских  
соревнований школьников  
«Президентские спортивные игры»



**КСЕНОФОНТОВА**  
Екатерина Александровна

Кандидат в мастера спорта по регби,  
главный тренер-преподаватель  
Федерации регби Омской области  
по работе в вооруженных силах  
РФ и в силовых структурах

## Рецензия

на практическое пособие по проведению занятий по тэг регби и подготовке команды к соревнованиям «Тэг регби за 8 часов»

**Автор разработчик (составитель) программы:** Ковтун В.Н., директор международной программы GET INTO RUGBY в России, Ксенофонтова Е.А. тренер сборной команды ФГБУ ЦСП, Тагоев С.А. главный тренер Омской федерации регби по работе в ВС РФ.

**Рецензируемый материал представляет:** Федерация Регби России.

На повторное рецензирование представлено доработанное с учетом замечаний (рецензия от 5 октября 2020 г) практическое пособие по проведению занятий и подготовке команды к соревнованиям по тэг регби «Тэг регби за 8 часов» в электронном виде.

Пособие является практико-ориентированным методическим продуктом, помогающим педагогам за короткие сроки и объемы времени развить устойчивую мотивацию детей к регулярным занятиям тэг-регби. Пособие в своей структуре содержит - пояснительную записку, условия реализации, особенности построения содержания курса, цель, задачи, планируемые результаты, содержание каждого занятия, перечень игр с описанием их проведения, рекомендации для педагогических работников реализующих программы и учебные модулю по тэг регби, предусмотрен список литературы и ссылки на интернет - порталы.

Авторы составители учли рекомендации экспертов и рецензентов, внесли правки и дополнения, которые были указаны в экспертном заключении и рецензии.

**Достоинство:** авторы представили вспомогательные специальные подвижные игры с элементами регби, которые способствуют формированию навыков и умений для игры. Организационные и позиционные установки в данных играх развивают тактическое мышление и умение выстраивать стратегию игры. Способствуют социализации детей и подростков, формируют предметные, личностные и метапредметные компетенции в игровой форме, очень понятной и доступной игровой форме. Данные игры могут быть рекомендованы в качестве приложения к учебному предмету «Физическая культура» к образовательному модулю спорт «Тэг-регби». Удобный формат, оформлен с учетом современных требований. Язык изложения материала прост, доступен и понятен для педагога, при этом выдержаны все методические принципы и определения вида спорта «Регби»

**Заключение:** ФГБУ «ФЦОМОФВ» рекомендует практическое пособие по проведению занятий по тэг регби и подготовке команды к соревнованиям «Тэг регби за 8 часов» к практическому использованию в образовательных организациях Российской Федерации.

**Рецензент:** Федченко Николай Семенович, ФГБУ «ФЦОМОФВ», директор, кандидат педагогических наук

16 октября 2020 г.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Красноярский краевой институт повышения  
квалификации работников физической культуры и спорта»  
(КГАУ ДПО «Красноярский краевой институт повышения  
квалификации работников физической культуры и спорта»)

Охраны Труда ул., д.20, Красноярск, 660075  
Тел./факс (391) 221-15-46

e-mail: ipk\_rfk@mail.ru; http://www.ipkrfk.ru  
ОКПО 02926575; ОГРН 1022401798011

ИНН / КПП 2460002787 / 246001001

09.10.2020 № 07-11/5-28  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

## РЕЦЕНЗИЯ

на практическое пособие по проведению занятий и подготовке команды к соревнованиям по тэг-регби «ТЭГ-РЕГБИ ЗА 8 ЧАСОВ»

**World Rugby, Get Into Rugby, Федерации регби России**  
**Авторы: Ковтун В.Н., Ксенофонтова Е.А., Тагоев С.А.**

Представленное практическое пособие посвящено построению наиболее эффективного процесса обучения школьников и студентов игре в тэг-регби.

Актуальность данного практического пособия обусловлена, с одной стороны, высоким интересом и динамичностью развития тэг-регби в России, с другой стороны, отсутствием методических разработок по данному направлению.

В работе четко определены цель, задачи, условия реализации и планируемые результаты курса. Авторами проведена серьезная работа по определению содержания курса внеурочной деятельности и описанию примерного алгоритма построения занятий. Немаловажным является наличие в пособии тематического планирования каждого занятия, а так же целеполагания, плана проведения и форм контроля по каждому занятию.

Особое внимание в пособии уделено использованию игровой деятельности в процессе обучения тэг-регби: приведен перечень игр, рекомендуемых к включению в тренировочный процесс, дано их описание и определены свойства и качества, формируемые в процессе каждой игры.

Практическое пособие имеет ясную, логичную структуру, в нем подробно и понятно прописан алгоритм действий преподавателя (тренера) во время занятий.

Значимость пособия усиливает наличие в нём рекомендаций детским тренерам, списка литературы и электронных источников информации для самостоятельного изучения и Правил игры в тэг-регби, рекомендованных Федерацией регби России для проведения всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры» по тэг-регби.

Пособие предназначено для учителей физической культуры общеобразовательных школ, педагогов дополнительного образования, инструкторов по спорту, тренеров, тренеров-преподавателей и иных специалистов.

Практическое пособие по проведению занятий и подготовке команды к соревнованиям по тэг-регби «ТЭГ-РЕГБИ ЗА 8 ЧАСОВ» авторов Ковтун В.Н., Ксенофонтова Е.А., Тагоев С.А. соответствует всем требованиям, предъявляемым к работам такого рода. Данное методическое пособие может быть рекомендовано к публикации.

И.о. ректора



Н.В. Буянова

Заведующий кафедрой теории и методики  
дополнительного профессионального образования  
в области физической культуры и спорта, к.п.н

И.С. Лутошкина

## 1. Пояснительная записка

Тэг-регби является идеальной командной игрой для каждого на всех этапах жизни.

Отличительные черты тэг-регби: безопасность, простота правил, простота набора очков, отсутствие ворот, минимальные требования к разметке, возможность играть практически на любом безопасном покрытии в любое время года, беспрецедентный охват потенциальных участников игры, мощная эмоциональная составляющая для игроков и зрителей. Все это делает тэг-регби стремительно развивающейся и популярной игрой, чья армия поклонников в мире и в России неуклонно растёт.

Существенное отличие тэг-регби от многих других спортивных игр – это отсутствие ограничений по возрасту и полу для участников. В состав одной команды могут входить и мальчики, и девочки.

Не менее широк охват воздействия тэг-регби на физические качества, психические процессы и на формирование социального опыта человека. Взаимодействие с партнерами, противником, судьей, тренером-преподавателем, зрителями во время игры создает базу социальных навыков общения, так необходимых современному человеку для успешной самореализации в жизни.

Правила игры основаны на бесконтактном взаимодействии игроков, тем самым вероятность столкновения участников сведена к минимуму. Тэг-регби целиком и полностью соответствует современным правилам безопасности проведения учебно-тренировочных занятий.



## 2. Условия реализации курса

Данное практическое пособие (далее - Курс) «Тэг-регби за 8 часов» создано для быстрого и эффективного обучения школьников и студентов. Общая продолжительность - 8 занятий = 8 часов. Два раза в неделю по часу. В каникулярное время занятия могут проводиться ежедневно по часу до и после обеда каждый день или через день, в зависимости от общей программы работы в каникулы, а также в рамках выездного или городского оздоровительного лагеря. Курс реализуется учителем физической культуры, педагогом дополнительного образования или инструктором по физкультуре и спорту во внеурочное или каникулярное время.

Тэг-регби – это бесконтактная разновидность регби с использованием дополнительного спортивного инвентаря: два тэга (две ленточки), которые крепятся на пояс обычными «липучками». Данный вид регби чаще всего используется, как средство обучения новичков, независимо от возраста начинающих. Эта игра основана на самых простых и базовых правилах классического регби. Для занятий тэг-регби подходит любая площадка, отвечающая требованиям безопасности. Размеры площадки зависят от количества участников. Игровое покрытие должно быть безопасным. Игру можно проводить на траве, искусственной траве, песке, снегу, в спортивном зале. Не требуется дорогостоящее оборудование.

Данное пособие предназначено, прежде всего для учителей физкультуры, педагогов дополнительного образования, студентов педагогических колледжей и ВУЗов, тренеров-преподавателей спортивных школ, инструкторов по физкультуре в лагерях отдыха.

Целевая аудитория занимающихся прописана в данном пособии, как школьники.

Но преподавателям и тренерам-преподавателям, реализующих Курс «Тэг-регби за 8 часов» необходимо понимать - всё, что применяется в рамках данного пособия к обучающимся, в равной мере применимо и ко взрослым занимающимся.



### 3. Особенности построения курса

Тэг-регби – универсальное средство воспитания основных человеческих качеств и функций. В этом заключается уникальность игры.

Алгоритм обучения, предлагаемый в практическом пособии «Тэг-регби за 8 часов», делает возможным в минимальные сроки, опираясь на естественные для человека способности «учиться, играя», не только сформировать у занимающихся представления о «тэг-регби», но научиться играть в тэг-регби. Это позволяет комплексно воздействовать на широкий спектр физических, личностных качеств и социальных функций занимающихся.

Основная форма реализации Курса – это игровая деятельность. То есть та форма обучения, которая изначально интересна всем участникам. При этом виды активной физической деятельности чередуются с паузами для восстановления, которые заполняются общением, анализом деятельности занимающихся (своей и партнеров), осмыслением промежуточных результатов обучения, конструктивным планированием дальнейшей индивидуальной и коллективной работы. Все это достигается делегированием самим участникам возможности найти свой собственный, уникальный, эффективный способ решения поставленных задач. Таким образом плотность занятия чрезвычайно высока во всех аспектах: физическом, ментальном, коммуникативном.

Курс «Тэг-регби за 8 часов» помимо базовой физической и тактико-технической подготовки к игре, дает возможность участникам научиться четко и ясно формулировать свои мысли, ощущения, излагать их публично, обосновывать свою точку зрения, а также слушать и слышать других, признавая право каждого на собственное мнение.

Что особенно важно, каждое занятие Курса «Тэг-регби за 8 часов» проходит в излюбленной всеми, увлекательной, игровой форме.



### Цель:

Основная цель краткосрочного Курса «Тэг-регби за 8 часов» - за 8 занятий или быстрее научиться и начать играть в тэг-регби. Не менее важной является цель осознать значение таких базовых ценностей регби, как: единство, честность, страсть, уважение, и дисциплина для воспитания начинающих регбистов.

### Задачи:

На пути достижения этих целей решаются значимые для всех этапов задачи:

- освоить на базовом уровне тэг-регби - игру, которая является основой для понимания и эффективного обучения классическому регби-15 и олимпийской дисциплине регби-7;

- готовить игроков и команду к предстоящим соревнованиям по тэг-регби;
- комплексно изучать, осваивать и совершенствовать технику и тактику игры в тэг-регби;

- комплексно развивать физические качества: скорость, выносливость, координацию, гибкость, ловкость, быстроту, силу;

- комплексно развивать основные личностные качества: ответственность каждого за свои действия, принятие права на ошибку, вклад в эффективность командных действий;

- комплексно решать вопросы социализации через общение в паузах между упражнениями, играми и во время фестивалей;

- улучшать взаимопонимание и повышать уровень доверия и сотрудничества;

- приобщать занимающихся к регулярным занятиям спортом и физкультурой;
- способствовать формированию понимания здорового образа жизни, включая вопросы питания и восстановления;

- противостоять внешним неблагоприятным факторам (снег, дождь, ветер, солнце и т.п.)

- решать вышеперечисленные задачи в игровой, интерактивной форме.



## 4. Планируемые результаты курса

В результате прохождения Курса обучающиеся

### **Узнают:**

- правила техники безопасности во время занятий по тэг-регби;
- правила спортивной игры тэг-регби;
- правила разнообразных подвижных игр с овальным мячом;
- правила этики поведения регбистов и спортсменов на поле и вне его;

### **Получат опыт:**

- повышения собственной эффективности путем концентрации на ключевых действиях;
- самостоятельного принятия решений и командного игрового взаимодействия;
- самостоятельной организации и проведения несложных и интересных подвижных игр;
- осознания значимости ценностей регби: единство, страсть, солидарность, уважение, дисциплина.

### **Научатся:**

- играть в тэг-регби;
- концентрироваться на ключевых аспектах тренировочного и игрового процесса;
- распознавать функциональные роли игроков на поле (атака, защита, лидер, игрок поддержки и т.п.)
- самостоятельно принимать решения во время игры;
- активно взаимодействовать друг с другом с целью повышения эффективности командных действий;
- контролировать действия игроков относительно соблюдения игровых правил;
- отвечать за командный результат;
- ценить значимость всех участников тренировочного и игрового процесса (себя, партнеров, тренеров-преподавателей, противников, судей, зрителей).



## 5. Содержание курса внеурочной деятельности

При умело выстроенной преподавателем структуре курса занятия превращаются в увлекательное путешествие от игры к игре по маршруту: «Знания-Навык». Эффект этого непрерывного движения достигается тем, что каждый следующий навык, каждая следующая игра базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных ранее. Тем самым, от знаний к умению и от умений к навыкам игроки постепенно поднимаются с каждым занятием Курса, как по ступенькам. В дополнение к этому, во время необходимых для восстановления пауз между играми и упражнениями идет общение, показ и анализ элементов игры. В завершении каждой тренировки обязательно проходит обзор занятия, где внимание занимающихся концентрируется на эффективности и успешности их деятельности. Отмечается прогресс занимающихся. Это повышает уверенность каждого игрока в себе и в товарищах, а также порождает желание приходить на занятия по тэг-регби снова и снова. Если же рост не такой быстрый, как хотелось бы всем участникам, необходимо отмечать и поощрять усилия всех и каждого из начинающих регбистов. Причем, лучше всего делать это в течение всего курса с самого первого занятия и до подведения итогов, в ходе которого необходимо концентрироваться на позитивных изменениях.

### **Общий примерный алгоритм построения занятия:**



### **Последовательность шагов при проведении итогового обзора (ревью):**

1. Необходимо выразить искреннюю благодарность участникам за успехи, усилия и самоотдачу. Если вы не увидели этих признаков прогресса, найдите любой объективный повод для поощрения. Если и его нет, поблагодарите за то, что пришли.
2. Вопросы, которые необходимо задать в процессе ревью:
  2. Напомните, какая цель сегодняшней тренировки?
  3. Что получается на пути к цели?
  4. Что можно изменить, улучшить?
  5. Что вам поможет достичь цели?
  6. Что вы для этого сделаете?

Такой путь анализа развивает творчество воспитанников, умение критически оценивать свои действия, самостоятельно находить конструктивные решения. Знание анализа эффективности деятельности методом обзора («ревью») поможет им не только в игровых ситуациях на поле, но и на жизненном пути.

## 6. Содержание каждого занятия Курса

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Не сталкиваться! Не падать! Безопасность – приоритет тэг-регби.	1
2	И один в поле воин! Индивидуальные действия игрока в атаке и в защите.	1
3	Команда начинается с партнера! Игры в парах.	1
4	От сильного звена - к сильной команде! Групповые действия в защите и в атаке.	1
5	Повторенье-мать ученья! Улучшаем навыки игры. Первая попытка! Играем в тэг-регби.	1
6	Повторенье-мать ученья! Совершенствуем навыки игры. Готовимся к фестивалю: Тэг-регби - игра для всех!	1
7	Фестиваль по тэг-регби. Тэг-регби – игра для всех!	1
8	Фестиваль по тэг-регби. Олимпийцы среди нас! Цель достигнута! Подведение итогов курса.	1
Итого:		8



## Четыре шага к игре в тэг-регби

Тема	Кол-во часов	Содержание
Занятие № 1 Не сталкиваться! Не падать! Безопасность – приоритет тэг-регби.	1	Цель: научиться играть, соблюдая два главных правила безопасности тэг-регби. Не сталкиваться! Не падать! План занятия: 1. «Муравейник» ..... 5 минут 2. «Муравейник с мячом» ..... 10 минут 3. «Колдунчики» ..... 10 минут 4. «Охотники на вампиров» ..... 10 минут 5. «Итоговый обзор» ..... 3-6 минут Вопрос для контроля: Напомните, какие два основных правила безопасности вы применяли сегодня и будете использовать в дальнейшем, на занятиях и соревнованиях по тэг-регби?
Занятие №2 И один в поле воин! Индивидуальные действия игрока в атаке и в защите.	1	Цель: научиться каждому игроку совершать и предотвращать попытки. План занятия: 1.«Охотники на вампиров» ..... 6 минут 2.«Кошки-мышки» ..... 6 минут 3.«Лидер» ..... 6 минут 4.«Поймай хвост» ..... 10 минут 5. «Пограничники 1х1 (тач)» ..... 15 минут 6 «Итоговый обзор» ..... 3-6 минут Вопрос для контроля: Что сегодня делал каждый из вас, чтобы так классно уклоняться от «захватов» и делать попытки?
Занятие №3 Команда начинается с партнера! Игры в парах.	1	Цель: освоить функциональные роли игрока с мячом и игрока поддержки. План занятия: 1. «Муравейник с мячом» ..... 6 минут 2. «Лидер» ..... 6 минут 3. «Лидер с пасом» ..... 10 минут 4. «Пограничники 2Х1» (тэг) ..... 10 минут 5. «Итоговый обзор» ..... 3-6 минут Вопрос для контроля: Для чего нам в тэг-регби нужен партнер по команде?
Занятие № 4 От сильного звена - к сильной команде! Групповые действия в защите и в атаке.	1	Цель: Освоить групповые действия в атаке и в защите в тэг-регби. План занятия: 1. «Челлендж» ..... 5 минут 2. «Регби-ралли» ..... 10 минут 3. «Пограничники 3Х3» (тэг) ..... 10 минут 4. «Тэг-регби» ..... 15 минут 5. «Итоговый обзор» ..... 6-10 минут Вопрос для контроля: Чему вы научились, что помогло вам успешно начать играть в тэг-регби? (Акцент на освоенные на предыдущих занятиях навыках)

<p>Занятия № 5 Повторенье-мать ученья! Улучшение навыков игры. Первая попытка. Играем в тэг-регби.</p>	<p>1</p>	<p>Цель: Изучить на практике базовые правила и принципы игры в тэг-регби. План занятия: 1. Повторить игры для улучшения отдельных навыков, необходимых для игры в тэг-регби ..... 15-20 минут 2. «Тэг-регби» ..... 20-30 минут 3. «Итоговый обзор» ..... 6-10 минут Переход к 2-х сторонней игре в тэг-регби с остановками и анализом игровых моментов и правил. Разбор ситуаций по мере крайней необходимости. Важно соблюсти баланс между динамикой игры и объяснениями преподавателя. Вопросы для контроля: Как еще можно было сыграть в данной ситуации? Какой вариант вы считаете эффективней?</p>
<p>Занятия № 6 Повторенье-мать ученья! Совершенствуем навыки игры. Готовимся к фестивалю: Тэг-регби - игра для всех!</p>	<p>1</p>	<p>Цель: Освоить на практике базовые правила и принципы игры в тэг-регби. Игра в тэг-регби с анализом игровых ситуаций после каждого тайма. 1. Повтор игр для улучшения отдельных навыков, необходимых для игры в тэг-регби ..... 10-15 минут 2. «Тэг-регби» ..... 25-35 минут 3. «Итоговый обзор» ..... 6-10 минут Важно! Каждый тайм 4 минуты. Краткий анализ после каждого тайма. Общее обсуждение заставит других следить за играющими и оценивать игровые ситуации.</p>



<p>Занятия № 7 Фестиваль по тэг-регби. «Тэг-регби – игра для всех!»</p>	<p>1</p>	<p>Цель: Усовершенствовать навыки 2-х сторонней игры в тэг-регби в режиме соревнований (фестиваль). Игра в тэг-регби по полным правилам. Примерно равные составы. Задача тренера-преподавателя отобрать «быстрых» и «мощных» игроков для финального дня курса. План занятия: 1. «Лидер с пасом» (разминка) ..... 10 минут 2. «Фестиваль по тэг-регби» ..... 30-40 минут 3. «Итоговый обзор» ..... 6-10 минут Важно! Каждый тайм 5 минут. Краткий анализ после каждого тайма. Контрольные вопросы: Что получилось? Что можно улучшить? Что будешь делать? Выявление «быстрых» и «мощных» игроков. Опрос. Подбор игроков для финального дня игр.</p>
<p>Занятия № 8 Фестиваль по тэг-регби. «Олимпийцы среди нас!» Цель достигнута! Подведение итогов курса.</p>	<p>1</p>	<p>Цель: Получить максимально полное удовольствие от игры. Осознать, что научились играть в тэг-регби. Ощутить радость от достигнутого успеха. Соревновательная практика в режиме фестиваля. 1. «Лидер с пасом» ..... 6 минут 2. «Тэг-регби» ..... 30-40 минут 3. «Итоговый обзор» ..... 10-15 минут Фестиваль по тэг-регби: «Олимпийцы среди нас!» «Быстрые» против «быстрых». «Мощные» против «мощных». Игра в тэг-регби по полным правилам. Составы из игроков равных способностей. «Быстрые» - быстрые и способные против таких же. «Мощные» - медленные, нерасторопные игроки против таких же. Такой подбор соперника дает возможность каждому игроку равные возможности проявить свои лучшие качества в играх с подобными себе. Это позволит каждому, независимо от способностей, ощутить прогресс за прошедшие 8 занятий. Контрольные вопросы по итогам курса: Что получилось? Что понравилось? Что запомнилось? Важно! Несколько слов от каждого игрока!</p>



## 7. Перечень игр с описанием

- 7.1 Муравейник
- 7.2 Муравейник с мячом
- 7.3 Колдунчики
- 7.4 Охотники на вампиров
- 7.5 Кошки-мышки
- 7.6 Лидер
- 7.7 Лидер с пасом
- 7.8 Поймай хвост
- 7.9 Регби-ралли
- 7.10 Челлендж
- 7.11 Пограничники 1x1 (тач)
- 7.12 Пограничники 2x1 (тэг)
- 7.13 Пограничники 3x3 (тэг)
- 7.14 Тэг-регби (правила в приложении)



### 7.1. МУРАВЕЙНИК



#### Направленность игры и компоненты тэг-регби

Великолепная игра для разминки. Разогревает все тело, «включает» внимание.

Оценка ситуации (умение смотреть, слушать, анализировать происходящее вокруг), ориентация в условиях быстро меняющейся обстановки, скорость принятия решений и их эффективность. Движение в свободное пространство, с изменением направления и скорости бега.



#### Условия

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)  
Игроки: до 30 человек  
Время: до 3'  
Оборудование: не нужно



#### Примечания

Количество игроков и размер площадки взаимосвязаны. Главное – безопасность! Можно касаться рукой земли (пола) зачетки каждый раз, когда игрок пересекает лицевую или боковую линию.



#### Ход игры

По сигналу тренера-преподавателя все игроки начинают хаотично бегать по залу (наподобие муравьев в муравейнике, каждый бежит, куда ему заблагорассудится). Задача игроков перемещаться строго в зоне игровой площадки, не наступая на линию аута (прививаем понятие аута в регби и понятие игровой дисциплины). По свистку игроки должны моментально остановиться и посмотреть на тренера-преподавателя. По следующему сигналу тренера игроки продолжают игру или собираются к тренеру для объяснений и обзора.



#### Безопасность

Не падать, не сталкиваться!



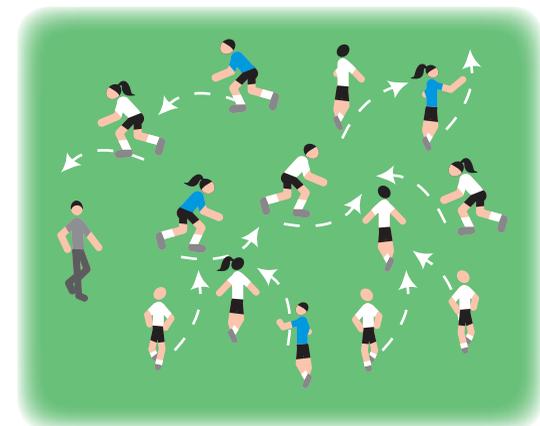
#### Игроки

- ▶ Оценивают пространство вокруг себя
- ▶ Рассчитывают траекторию и скорость своего движения и других игроков.



#### Тренер-преподаватель

- ▶ Обеспечивает условия для снижения риска столкновений (за счет выбора достаточной площади игрового поля, позволяющей игрокам маневрировать)
- ▶ Следит за интенсивностью передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков)
- ▶ Помогает игрокам научиться контролировать скорость и направление своего бега
- ▶ Закрепляет в сознании занимающихся важность соблюдения на всех занятиях двух основных правил безопасности в тэг-регби: НЕ СТАЛКИВАТЬСЯ! НЕ ПАДАТЬ!



## 7.2. МУРАВЕЙНИК С МЯЧОМ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Великолепная игра для разминки. Плавно готовит организм игроков к увеличению двигательной активности. Разогревает все тело, активизирует внимание.

Обучение «чувству мяча». Несение и контроль регбийного мяча. Владение мячом при ловле. Касание мячом земли (пола), не выпущенная его из рук.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает группа игроков)

Игроки: до 30 человек

Время: до 6-10'

Оборудование: мяч на каждого игрока

### **Примечания**

Тренер-преподаватель вправе иногда менять общее направление, вдоль или поперек зала (площадки).

Сложность заданий увеличивает постепенно, по мере освоения. Например:

1 уровень сложности: подбросить-поймать мяч;

2 уровень: подбросить-хлопок-поймать;

3 уровень: подбросить-три хлопка-поймать.

Важно: броски мяча не выше головы!

По мере освоения заданий тренер может вводить «наказание» за упавший мяч (3-10 приседаний и т.п.).

### **Ход игры**

По сигналу тренера-преподавателя все игроки начинают бегать из зачетки в зачетку, уворачиваясь от других «муравьев» и касаясь мячом земли каждый раз, когда оказываются за линией разметки.

### **Безопасность**

Не падать, не сталкиваться; оценивать пространство вокруг себя, чтобы выбрать момент для безопасного и эффективного выполнения задания тренера-преподавателя.

### **Игроки**

► Несут мяч на уровне груди, крепко обхватывая его широко растопыренными пальцами обеих рук

► Мяч удерживается подушечками пальцев, без касания его ладонями.

► Не допускают падения мяча на землю

► При приеме встречают мяч как можно раньше, смотрят на него перед ловлей

### **Тренер-преподаватель**

► Следит за тем, как игроки держали мяч перед грудью, предупреждает возможность столкновений (площадь должна быть такой просторной, чтобы игроки имели возможность не сталкиваться)

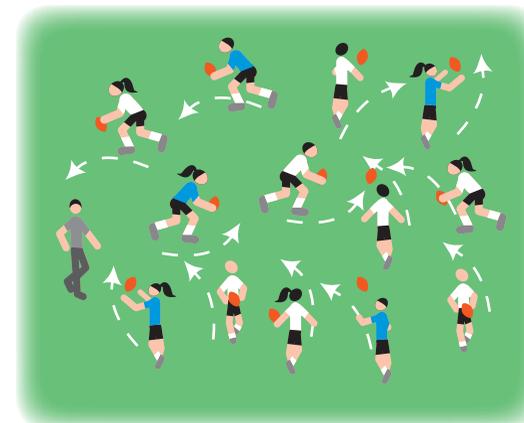
► Контролирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков)

► Контролирует правильность выполнения действий и состояние игроков, при необходимости, организует паузы для внесения уточнений и показа, а также для восстановления игроков, снижает темп работы до полной остановки для отработки нового задания на месте и т.п.

► Поощряет усилия игроков к качественному и безопасному выполнению заданий.

Когда тренер-преподаватель замечает, что участники освоили упражнение и легко с ним справляются, он начинает вводить дополнительные задания, усложняя игру. В качестве усложнения возможны любые упражнения с мячом из арсенала тренера-преподавателя, которые улучшают владение мячом: вращения вокруг корпуса, вокруг ног (ноги), переключивания (перекидывания) мяча и руки в руку, ловля мяча после отскока от пола и т.д.

Примерные варианты дополнительных задач предложены в графе выше. По свистку игроки должны моментально остановиться и посмотреть на тренера-преподавателя. В это момент тренер-преподаватель может усложнить или поменять задание, ввести «наказание» для каждого нарушившего правила или для всех (один за всех и все за одного).



### 7.3. КОЛДУНЧИКИ

#### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Великолепная игра для разминки. Разогревает все тело, в т.ч. мышцы туловища и плечевой пояс. Типа «чай, чай, выручай!»

Несение и удержание мяча двумя руками, оценка ситуации, движение в свободное пространство и уход от преследования с использованием изменения скорости и направления бега.

#### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 4

Время: до 1'

Оборудование: мячи по количеству колдунчиков (1 и более)

#### **Примечания**

Количество игроков и размер площадки взаимосвязаны. Главное – безопасность! Соотношение игроков без мячей и колдунчиков, как правило 4 к 1, но может изменяться для решения разнообразных задач.

Тренер-преподаватель может менять сложность условий для возвращения «заколдованного» в игру - от простого (осаливания) до сложного (пролезание между ног, не касаясь руками земли) и т.п.

#### **Ход игры**

В начале игры колдунчики с мячом встают спиной к спине примерно в середине игровой зоны. Другие игроки (без мячей) свободно занимают игровое пространство.

После сигнала тренера-преподавателя колдунчики, перемещаясь, стараются осалить остальных игроков. Тот, кого осалили должен встать, разведя руки в стороны и широко расставив ноги. Если лобой партнер по команде проползет на четвереньках, не касаясь коленями земли,

#### **Безопасность**

Необходимо, чтобы все спасющие «заколдованных» игроки, во избежание столкновений головами, начинали пролезать со стороны спины стоящего «заколдованного». Не падать, не сталкиваться!

#### **Игроки**

► Колдунчики - несут мяч двумя руками, перед грудью, не бросая и не роняя его даже в момент осаливания (правила тэг-регби), все пальцы максимально обхватывают мяч.

► Убегающие – проявляют умения резко менять направление и скорость бега, необходимые для ухода от преследования, а также личные качества, «спасая» своих «заколдованных» друзей.

#### **Тренер-преподаватель**

► Следит за отсутствием столкновений (площадь должна быть такой просторной, чтобы игроки имели возможность перемещаться на высокой скорости, не сталкиваясь)

► Контролирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков в обеих группах)

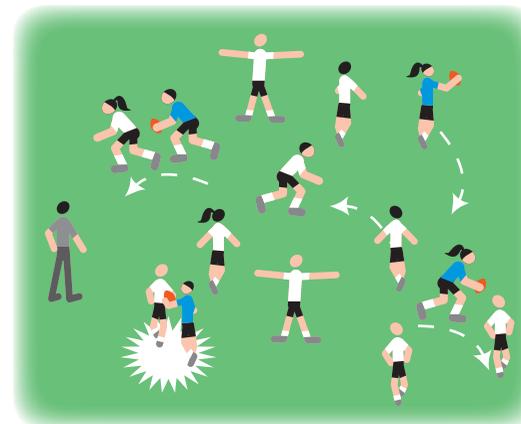
Водящих следует заменить, если осалены остальные участники игры или если тренер-преподаватель видит, что задача непосильна, что ведет к значительному падению динамики и эмоциональности игры.

между ног осаленного игрока, то «заколдованный» «оживает» и снова может убежать от колдунчиков.

Если хотя бы один колдунчик теряет контроль над мячом, выпускает его из рук, и мяч падает на землю, все сразу «расколдовываются».

Задача игроков избежать осаливания, используя бег с изменением направления и скорости. Выбивать мяч из рук колдунчиков нельзя. Задача колдунчиков пересалить всех игроков, не выронив мяч.

Тренер-преподаватель обязан обеспечить пространство, необходимое для безопасности участников.



## 7.4. КОШКИ-МЫШКИ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Игра одинаково хорошо подходит как для разминки, так и для обучения навыкам финтов, ухода от защитника, преследования игрока с мячом, для понимания функциональных ролей игроков на поле.

Несение и удержание мяча двумя руками, оценка ситуации, движение в свободное пространство, меняя скорость и направление бега. Применение различных техник перемещения: широкие шаги, выпады в сторону, семенящий бег.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 2

Время: до 6'

Оборудование: мяч на пару игроков

### **Примечания**

В паузах для отдыха «мышка» и «кошка» могут, «став друзьями», пасовать мяч друг другу, стоя на месте.

### **Ход игры**

По сигналу тренера-преподавателя «мышка» с «сыром» (мячом) в руках начинает двигаться, постоянно меняя направление движения, с целью оторваться от преследующей ее «кошки». «Кошка» преследует «мышку», старается повторять движения мышки, сохраняя дистанцию 1,5-2 метра. Все, как в реальной жизни, когда кошка играет с пойманной мышью. Если кошка отпустит мышь слишком далеко, мышь убежит. Секрет «игры» - не отпускать мышь далеко, чтобы убежала и не «задушить» ее. Через 10, 20, максимум 30 секунд, тренер останавливает игру. Затем после отдыха игроки меняются ролями. Отдых должен быть около 30 секунд.

### **Безопасность**

«Мышка» должна выбирать бег в свободное пространство, «кошка» должна только преследовать «мышку», сохраняя дистанцию, не пытаясь сблизиться с ней или «поймать».

### **Игроки**

► Игроки с мячом (мышки) - несут мяч в двух руках, делают ложные выпады в стороны, изменяют направление и скорость бега.

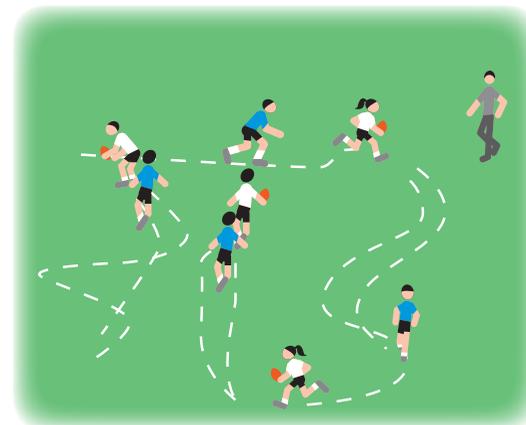
► Мышки меняют направление движения, используя в основном широкий шаг, выпады в сторону, а кошки, применяют мелкий (семенящий) шаг.

### **Тренер-преподаватель**

► Создает безопасное пространство для выполнения участниками условий игры (площадь должна быть настолько просторной, чтобы игроки имели возможность маневрировать без столкновений)

► Контролирует соблюдение дистанции от кошки до мышки и требования к технике перемещений;

► Контролирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, игроков в парах.)



## 7.5. ОХОТНИКИ НА ВАМПИРОВ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Игра прекрасно подходит как для разминки, так и для основной части занятия. Тренирует навык срыва тэга защитником и уход от такого «захвата» игрока с мячом. Совершенствуется скорость принятия решений в меняющейся обстановке, под давлением преследователей, в условиях лимита времени на раздумья.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 4

Время: от 3' до 10' (до последнего «вампира»)

Оборудование: мячи по количеству участников (с мячами все игроки, кроме «вампира»), комплект тэгов для всех участников (кроме вампира).

### **Примечания**

Вампиры складывают тэги в одном месте, а не бегают с ними в руках.

При обращении «вампиров» обратно в людей, тэги не нужны. Охотнику достаточно просто взять мяч в руки.

Возможно играть без тэгов, заменив срыв тэга касанием вампиром пояса игрока либо одной, либо двумя руками.

### **Ход игры**

Перед началом игры «вампир» (водящий игрок) и остальные участники – игроки с мячами в руках и тэгами на поясе – находятся по разным сторонам игровой площадки. По сигналу преподавателя «вампир» выходит из своего «укрытия» и начинает охоту за «обычными людьми» (остальными игроками). Его задача срывать с людей тэги, тем самым «обращая» их в «вампиров». Вампиром становится участник, лишившийся обоих тэгов. Он убирает свой мяч и тоже начинает охотиться за людьми.

### **Безопасность**

Не падать, не сталкиваться.

«Укус вампира» только за счет срыва тэгов и «обращение в человека» только за счет касания мячом.

### **Игроки**

► Несут мяч двумя руками, перед грудью, все пальцы максимально обхватывают мяч

► Уходят от контакта только за счет работы ног (финты, рывки, остановки) и корпуса (уклонение в сторону, но не вращение вокруг своей оси)

### **Тренер-преподаватель**

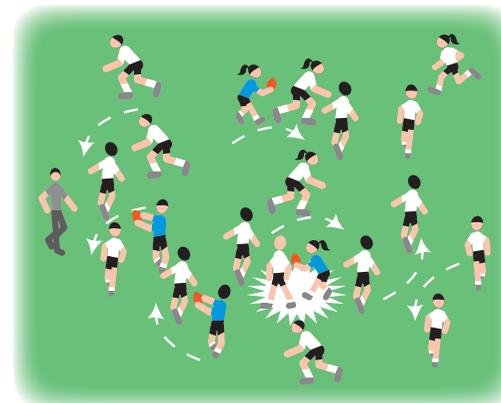
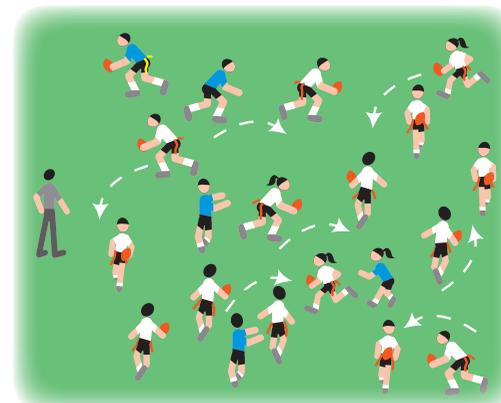
► Следит за соблюдением правил тэг-регби: нельзя защищать тэги, подпрыгивать, крутиться!

► Контролирует строгое соблюдение правил бесконтактного регби для обеих команд участников

► Регулирует интенсивность и продолжительность игры (за счет изменения размера площадки и количества игроков).

Поощряйте игроков использовать разные варианты ухода от преследования. Также отмечайте возможность слаженной командной работы в ситуации, когда «вампиров» несколько человек, и они представляют собой одну команду.

Последний необращенный в вампира игрок (у него должен остаться хотя бы один тэг) объявляется «охотником за вампирами». Он получает «иммунитет» и возможность превращать вампиров обратно в людей. Охотник бежит за вампирами и касается их мячом. «Обращённые» игроки берут мяч и присоединяются к охотнику. За нарушение правил тэг-регби (несение мяча в одной руке, падения на землю, выход в аут, защита тэгов и т.д.) тренер-преподаватель вправе отправить нарушителя бежать вокруг игровой площадки 3 круга.



## 7.6. ЛИДЕР

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Прекрасная игра для разминки. Позволяет игрокам освоить подбор и приземление мяча, а также функциональные роли игроков атаки и базовую тактику тэг-регби (игрок поддержки в «кармане»). Участники должны осознать важность наличия игрока поддержки «в кармане» для непрерывного продолжения атаки в тэг-регби.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 2 чел

Время: до 6' (со сменой партнеров между парами каждую минуту)

Оборудование: мячи по количеству участников (лидеров) (1 и более)

### **Примечания**

Тренер-преподаватель может дать задачу игрокам двигаться от одной зачетки к другой, лавируя между другими участниками игры.

Возможно проведение игры в группах по 3-4 человека. При этом следует строго соблюдать очередность при получении мяча.

### **Безопасность**

Для обеспечения лучшей устойчивости приземлять и подбирать мяч на согнутых ногах, не падать, не сталкиваться.

Количество игроков и размер площадки взаимосвязаны. Главное – безопасность!

### **Игроки**

► Лидер: несет мяч по правилам тэг-регби, выбирает направление развития атаки в свободное пространство; меняет направление бега, используя финты

► Игроки поддержки: следуют за лидером, будучи готовыми подобрать мяч и продолжить атаку; контролируют дистанцию до своего «лидера»; подбирают мяч, приземленный лидером: присев, на широком шаге, поднимают мяч снизу «загребающим» движением рук (наподобие ковша экскаватора).

### **Тренер-преподаватель**

► Контролирует положение головы игроков (они должны смотреть вперед и по сторонам, оценивать обстановку)

► Следит за слаженностью действий партнеров в каждой паре участников

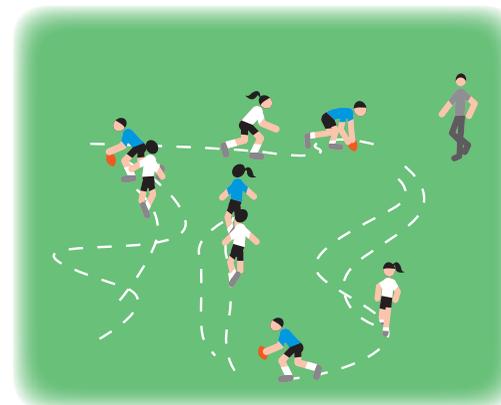
► Проговаривает и контролирует выполнение ключевых действий игроков при приземлении и подборе мяча

Поощряйте игроков, которые проявляют «терпение охотника»: терпеливо следуют за Лидером, находясь в постоянной готовности к моменту, когда потребуется «включиться», подобрать мяч и продолжить атаку.

### **Ход игры**

Учащиеся распределяются по парам, на каждую пару по мячу. Игрок с мячом – «лидер» – становится первым, сзади него, на расстоянии 1,5-2 м располагается игрок поддержки в «кармане».

По сигналу преподавателя пары игроков начинают хаотично перемещаться по площадке. «Лидеры» задают направление движения, а игроки поддержки, находясь сзади, должны двигаться в след, сохраняя дистанцию до «лидера». Пробежав 6–10 шагов, «лидер» приземляет мяч. Это сигнал игроку поддержки становиться «лидером». Он подбирает мяч и начинает движение с мячом в руках, предварительно поменяв направление предыдущего лидера. Бывший «лидер» становится игроком поддержки.



## 7.7. ЛИДЕР С ПАСОМ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Прекрасная игра для разминки. Также позволяет игрокам освоить розыгрыш мяча в тэг-регби, прием-передачу мяча, а также функциональные роли игроков атаки и базовую тактику тэг-регби.

Является логическим продолжением игры «Лидер», приближаясь к игре в тэг-регби. Способствует концентрации внимания, развитию скорости реакции и коммуникации в группе игроков.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 2 чел

Время: до 6' (со сменой партнеров между парами каждую минуту)

Оборудование: мячи по количеству участников (лидеров) (1 и более)

### **Примечания**

Тренер-преподаватель может менять направления атаки, периодически меняя расположение зачетных полей на 90 градусов.

Возможно проведение игры в группах по 3-4 человека. При этом следует строго соблюдать очередность при получении мяча.

Поощряйте игроков, которым удастся сохранить свою позицию за «лидером», не обгоняя его до приема мяча. Участники должны понимать важность наличия поддержки у игроков, несущих мяч.

### **Безопасность**

Не падать, не сталкиваться.

Предлагаясь на мяч, двигаться в свободное пространство.

### **Игроки**

► Лидер:

- несет мяч двумя руками, перед грудью, все пальцы максимально обхватывают мяч

- контролирует точность и своевременность передачи мяча партнеру (видит глаза и руки принимающего игрока, слышит его голос)

► Игрок поддержки:

- контролирует дистанцию до «лидера»

- создает условия для продолжения атаки (следит за отсутствием препятствий на линии приема мяча: осуществляет «предложение» для приема мяча в открытое пространство)

- при приеме тянет руки к мячу, голосом даёт информацию партнеру о своей готовности ловить.

### **Тренер-преподаватель**

► Обеспечивает условия для отсутствия столкновений (такие, чтобы игроки были постоянно вынуждены уходить от столкновения, но при этом имели достаточное пространство для маневра)

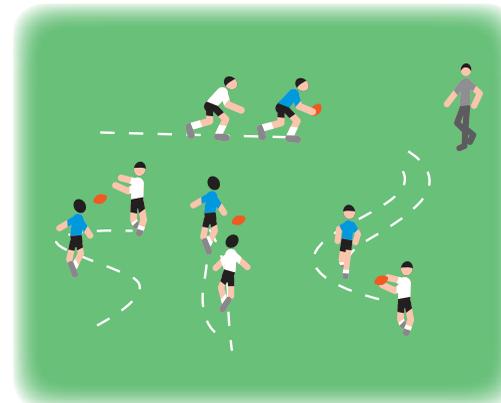
► Контролирует слаженность действий партнеров в каждой паре участников, особое внимание – к наличию коммуникации

► Регулирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки).

### **Ход игры**

Участники распределяются по парам, на каждую пару по мячу. Игрок с мячом – «лидер» – становится первым. Сзади него, на расстоянии 1—1,5-2 м располагается игрок поддержки (в «кармане»).

По сигналу преподавателя Лидер разыгрывает мяч по правилам тэг-регби, передает партнеру и сам становится игроком поддержки. Игрок, получивший мяч несет его вперед в направлении зачетки противника, используя бег со сменой направления и выбирая движение в свободное пространство. «Лидеры» задают направление движения, а игрок поддержки, находясь сзади, должен двигаться следом, сохраняя дистанцию до «лидера» и будучи готовым в любой момент поймать пас от Лидера и продолжить атаку. Пробежав 6—10 шагов, «лидер» останавливается, разворачивается, находит глазами игрока поддержки и пасует ему мяч. Принимающий мяч игрок должен взять на себя функции Лидера и продолжить атаку. Первый, кто достигнет зачетки приземляет мяч. Этот же игрок начинает атаку в обратную сторону, разыграв мяч по правилам тэг-регби.



## 7.8. ПОЙМАЙ ХВОСТ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Очень веселая и эмоциональная игра. Основные компоненты тэг-регби, которые при этом проявляются – это способность резко менять направления движения, резко стартовать и останавливаться.

Игра развивает аналитические навыки: быстрота оценки ситуации и принятия решения, воспитываются такие физические качества как ловкость, координация, взрывная сила и быстрота перемещений. Прививает чувство команды.

### **Условия**

Площадь: для каждой группы игроков размечается отдельная площадка; ее размеры варьируются от 5x5 м до 24x12 м.

Игроки: от 4 до 30 чел.

Время: до 1' на каждого водящего («охотника»)

Оборудование: 1 мяч

### **Примечания**

Количество участников в каждой группе напрямую связано с безопасностью проведения игры (из-за инерции, которую развивает «хвост» при развороте). Расставляйте маркеры, ограничивающие игровые площадки, на достаточном расстоянии от стен, скамеек и т.д. Главное – безопасность!

### **Ход игры**

Участники группы, от 3 до 7 человек, образуют «змею»: выстраиваются в колонну, сцепляясь друг с другом, как вагонетки. Связываться можно, взяв игрока, стоящего впереди, за футболку или шорты по бокам на уровне пояса.

### **Безопасность**

Не падать, не расцепляться, не покидать размеченной для игры площадки!

Особое внимание – к предотвращению падений (длина «хвоста» должна быть такой, чтобы при развороте игроки не расцеплялись, не в силах противостоять инерции). Игроки должны крепко держаться за форму в области пояса впереди стоящего игрока.

### **Игроки**

► При формировании «хвоста» прочно сцепляются друг с другом

► Вынуждают соперника совершить ошибку (за счет изменения направления перемещений и ложных движений)

► Охотник держит мяч двумя руками, перед грудью, все пальцы максимально обхватывают мяч.

### **Тренер-преподаватель**

► Контролирует слаженность действий игроков, составляющих «змею»

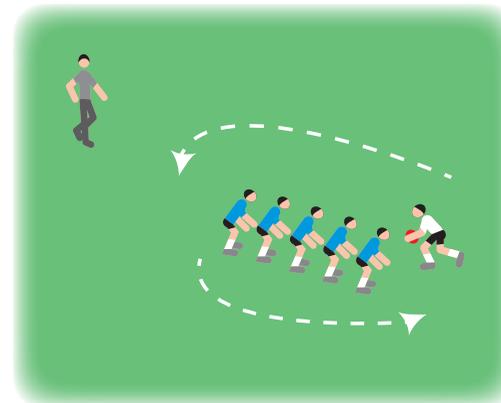
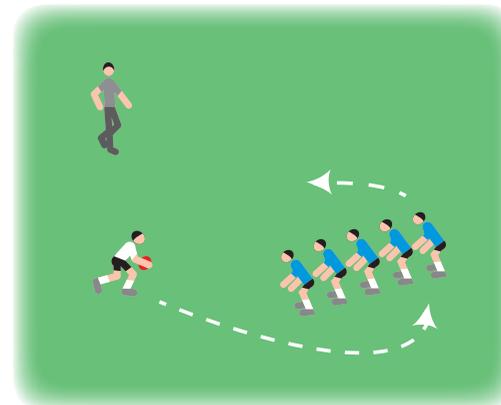
► Следит за интенсивностью движения игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков в группах)

Водящих следует заменить, если разница в скорости перемещений водящего и последнего игрока в колонне слишком отличается или если снижается эмоциональность игры.

Можно играть и без мяча, и с тэгами.

Водящий с мячом в руках («охотник») стоит перед «головой змеи». По сигналу преподавателя он начинает перемещаться вправо-влево, стремясь обежать «змею» и осалить мячом последнего игрока («хвост»). Мяч все время держится в двух руках, салить игрока за счет меткого броска в него мячом запрещается. Первый игрок в колонне («голова змеи») и все остальные игроки помогают своему «хвосту» прятаться от «охотника», перемещаясь так, чтобы «голова» оказывалась напротив «охотника», преграждая ему дорогу. При этом касаться «охотника» руками нельзя. Все время игры группа, составляющая «змею», должна сохранять сцепку друг с другом. «Охотник» побеждает, в случае успешного осаливания «хвоста» или в случае, если «змея» разорвалась. «Змея» побеждает, если в отведенное тренером-преподавателем время на игру уберегла свой «хвост» от охотника или если охотник выронил мяч. После окончания игры игроки меняются местами: «хвост» становится «охотником», «охотник» – «головой змеи», все игроки смещаются назад на одного, предпоследний игрок становится «хвостом».

Чтобы «голова змеи» не могла руками препятствовать перемещению «охотника» (отталкивая его и преграждая руками дорогу), игроку, стоящему на позиции «головой змеи», можно дать мяч, который тот так же должен держать в двух руках. В случае потери мяча, проигрывает тот, кто потерял: либо «охотник», либо «змея».



## 7.9. РЕГБИ-РАЛЛИ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Очень азартная и эмоциональная игра направлена на отработку навыка быстрой и точной передачи мяча, спринт с мячом, понимания значимости командной работы. Также игра способствует воспитанию скоростных способностей и личностных качеств (ответственности за свой и командный результат).

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал или его часть (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 6 чел.

Время: от 4' и более (в зависимости от числа участников)

Оборудование: 2 мяча на группу, 2 конуса для обозначения точки старт-финиш «гонки»

### **Примечания**

Когда игра уже достаточно хорошо знакома учащимся, можно разделить их на несколько групп и проводить игру на разных частях спортивного зала. Это повысит динамику. Можно давать задание, чтобы гонка длилась два или три (но не более) круга.

### **Безопасность**

При организации игры для нескольких групп необходимо обеспечить им достаточное свободное пространство, чтобы «гонщики» не столкнулись.

Важна интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, количество участвующих групп и размер площадки).

### **Игроки**

► «Гонщик» держит мяч двумя руками, перед грудью (как руль), все пальцы максимально обхватывают мяч.

► Игроки в круге точно и своевременно передают мяч партнеру (видят глаза и руки принимающего игрока, слышат его голос), при приеме тянут руки к мячу, давая информацию партнеру о своей готовности ловить.

### **Тренер-преподаватель**

► Следит за ключевыми факторами техники приема-передачи и несения мяча.

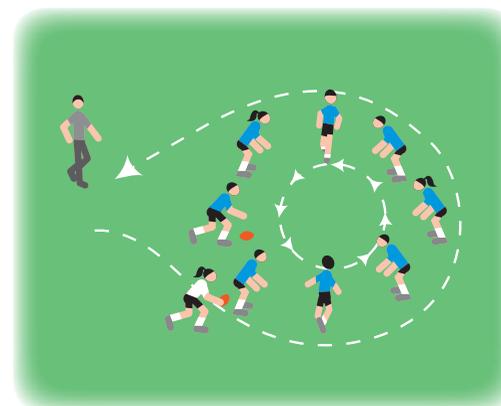
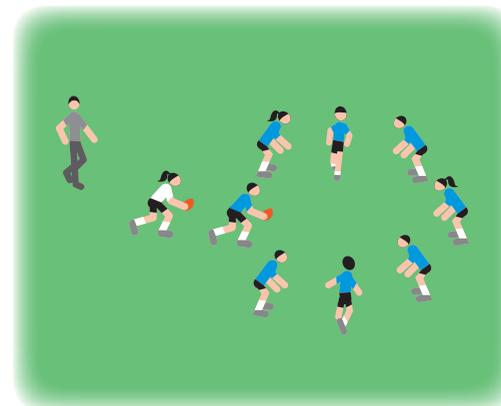
► Стимулирует и поощряет командную работу в случае, если побеждают игроки в круге. Если побеждает «гонщик» поощряет его за скорость и самоотдачу.

► Одобрительно отзывается об усилиях всех игроков, независимо от результата «заезда».

Поощряет стремление игроков помочь своим партнерам (например, когда игроки из «бегущей» команды криками и хлопанием в ладоши выражают поддержку и одобрение своим друзьям по команде). Также важно обращать внимание учащихся на необходимость общения – сигналы готовности к приему мяча.

### **Ход игры**

Группа игроков образует круг (дистанция между соседними игроками – от 1-2 метра). Мяч у игрока, позади которого стоит конус. Рядом с конусом за спиной игрока с мячом стоит «гонщик». Он тоже держит мяч. Тренер-преподаватель заранее обозначает направление паса. В эту же сторону должен стартовать и «гонщик». По сигналу тренера-преподавателя стартует гонка. Задача «гонщика» обежать круг и пересечь линию старта-финиша быстрее, чем игроки в круге, передавая мяч пасом друг другу, вернут его тому, кто начал пасовать. После каждого «заезда» тренер-преподаватель объявляет победителя гонки (это или «гонщик», или «команда»). Перед каждым новым «заездом» место «гонщика» занимает новый игрок из круга. Бывший «гонщик» встает в круг и становится частью команды.



## 7.10. ЧЕЛЛЕНДЖ

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Вариация игры «Лидер».

Хорошее веселое упражнение-игра для укрепления игровых связей, общения игроков, улучшения навыков владения мячом в ходе разминки. Развивает творчество игроков. Разогревает все тело.

### **Условия**

Место: школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие группа игроков)

Игроки: от 2

Время: до 6'

Оборудование: 1 мяч на пару игроков

### **Примечания**

Акцент в игре на контроль мяча. Упражнения не должны быть слишком «заумными». Достаточно применять вариации на тему подбрасывания, ловли и вращения мяча.

### **Ход игры**

По сигналу преподавателя «лидер» начинает свободно перемещаться по площадке. Пробежав 6—10 шагов, «лидер» «бросает вызов» партнеру - выполняет любой несложный технический элемент с мячом (например, подбросить мяч-хлопок-поймать) и передает мяч игроку поддержки, чтобы тот в точности повторил движение, придуманное лидером, и вернул мяч. Через 1 минуту роли игроков меняются. Игрок уронивший мяч или не выполнивший упражнение «вызова» получает штрафное очко, в паре побеждает тот, кто за все время игры наберет меньшее количество штрафных баллов.

### **Безопасность**

Темп бега легкий. Акцент на контроль мяча, а не на скорость перемещений. Не падать, не сталкиваться.

Количество игроков и размер площадки взаимосвязаны.

### **Игроки**

► Лидер несет мяч по правилам тэг-регби, выбирает направление развития атаки в свободное пространство;

► Лидер меняет направление бега, используя финты.

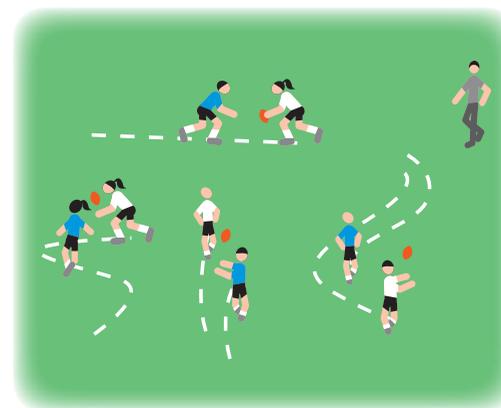
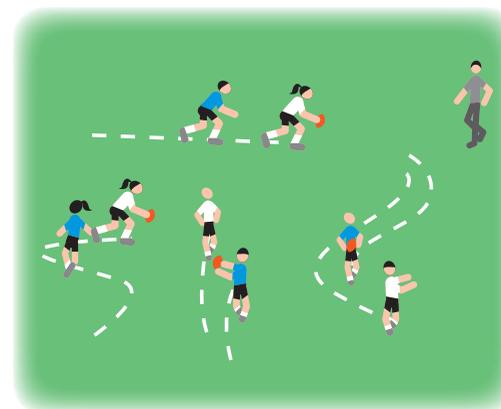
► Игроки поддержки следуют за лидером, будучи готовыми получить мяч и повторить движение лидера.

► Для лучшего контроля мяча игроки максимально раскрывают ладони и пальцы, обхватывая мяч со всех сторон.

### **Тренер-преподаватель**

► Может периодически менять игроков между разными парами.

► Контролирует, чтобы игроки в паре побывали в роли лидера и поддержки одинаковое количество раз.



## 7.11. ПОГРАНИЧНИКИ 1X1 (до касания, без тэгов)

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Моделирование игровой ситуации, когда игрок с мячом последовательно обыгрывает нескольких противников и делает попытку (приземляет мяч в зачетном поле соперника). Высокоскоростной бег с обилием финтов, остановок, изменений направления бега и ускорений.

### **Условия**

Площадь: обычный школьный спортзал или часть его (если в игре принимает участие небольшая группа игроков)

Игроки: от 2

Время: до 1'

Оборудование: мячи по количеству атакующих игроков (1 и более)

### **Примечания**

В случае нехватки регбийных мячей возможно использование других мячей. Количеством пограничников и частотой сигналов для начала движения каждого игрока атаки тренер-преподаватель регулирует сложность и интенсивность игры. Важно дать всем сыграть на обеих позициях.

### **Ход игры**

Атакующий игрок с мячом стоит в центре зачетного поля. На центральной линии площадки находится пограничник. По сигналу тренера-преподавателя (свистку) атакующий игрок начинает ускорение. Задача атакующего сделать попытку, пробежав мимо пограничника и обыграв его финтами на ногах. Задача пограничника осалить, сделать касание (тач) атакующего в область пояса двумя руками. Если атакующий игрок осален, он все равно продолжает бег, не снижая скорости. Пограничник получает очко за каждое успешное осаливание. Пограничник может двигаться только по линии (границе) от аута до аута. Тренер-преподаватель может добавлять пограничников, ставя их в колонну одного за другим с безопасным интервалом 2-5 метров. Для школьного зала это обычно 3-5 человек. После попытки

### **Безопасность**

Игроки обязаны избегать столкновений; всем игрокам запрещается прыгать и падать; защитники (пограничники) должны мягко касаться игрока с мячом в область пояса.

Расстояние от линии разметки до стен должно быть безопасным.

### **Игроки**

► Атака: использует полученные навыки для уклонения от осаливаний пограничников.

► Защита: находится в низкой, устойчивой стойке, перемещается, используя технику частой работы ног.

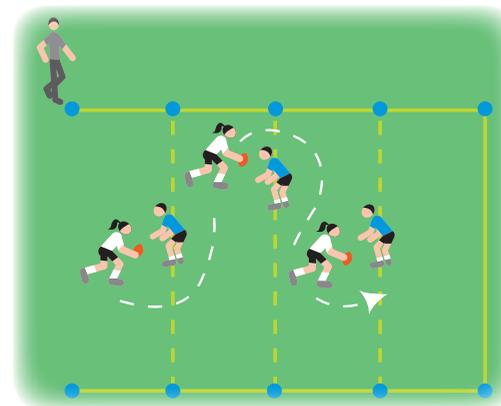
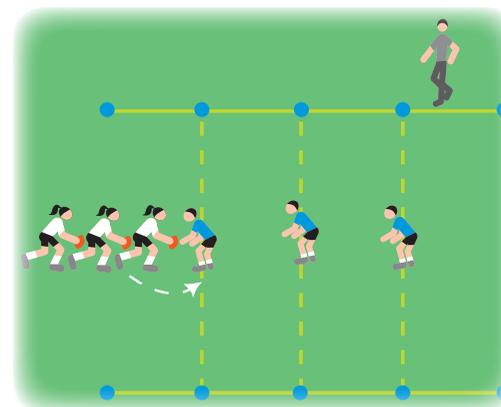
### **Тренер-преподаватель**

► Создает условия для предотвращения столкновений (площадка должна быть настолько просторной, чтобы игроки имели достаточно места для обыгрыша);

► Контролирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков в обеих группах).

Как правило пограничников меняют после того, как все атакующие игроки вернуться в исходное положение.

игроки атаки остаются в зачетке, чтобы точно так же потом перебежать обратно. После того, как все атакующие вернуться на место, тренер-преподаватель меняет пограничников.



## 7.12. ПОГРАНИЧНИКИ 2Х1 (правила тэг-регби)

### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Моделирование игровой ситуации двое в атаке против одного в защите, когда у игрока с мячом есть выбор: обыграть защитника самому или отдать пас игроку поддержки. В случае срыва тэга, функциональные роли игроков атаки меняются.

### **Условия**

Площадь: школьный спортзал(24X12)  
Игроки: от 3 человек  
Время: до 10'  
Оборудование: мяч на пару, комплекты для тэг-регби по количеству атакующих игроков

### **Примечания**

В случае нехватки регбийных мячей возможно использование других мячей.

### **Ход игры**

Два игрока атаки против одного в защите. Первый атакующий игрок разыгрывает мяч по правилам тэг-регби в центре своей зачетки и передает пас второму. На центральной линии площадки находится пограничник. Игрок, принявший мяч, пытается обыграть защитника на ногах или пасом. Чтобы остановить атакующего игрока, защитник срывает тэг, передает его тому, у кого сорвал и после этого может пытаться сорвать тэг у второго игрока атаки. В случае срыва тэга игрок поддержки, получивший мяч (как в игре «Лидер») продолжает атаку до совершения попытки. Пограничник может двигаться только поперек поля, по линии (границе) от аута до аута.

### **Безопасность**

Игроки обязаны избегать столкновений; всем игрокам запрещается прыгать и падать; у защитника (пограничника) единственный способ остановить игрока с мячом – сорвать тэг.

Расстояние от линии разметки до стен должно быть безопасным.

### **Игроки**

► Атака: использует полученные навыки для уклонения от «захвата» пограничником.

► Защита: находится в низкой, устойчивой стойке, перемещается, используя технику частой работы ног, после срыва тэга поднимает вверх руку с тэгом и громко кричит «тэг!», после этого возвращает тэг атакующему игроку в руки.

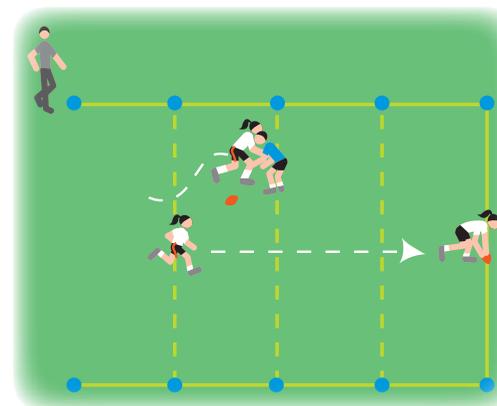
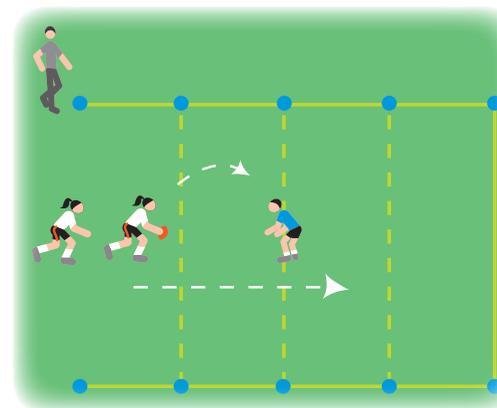
### **Тренер-преподаватель**

► Поощряет игроков использовать полученные ранее навыки уклонения от захвата,

► Поощряет общение игроков атаки между собой.

Как правило пограничников меняют после того, как все атакующие игроки вернуться в исходное положение.

Тренер-преподаватель может использовать двух-трех пограничников, меняя их по очереди или ставить их в колонну одного за другим с безопасным интервалом 3-5 метров. В условиях зала это обычно 2 пограничника (1 на центральной линии и 1 на линии зачетки). В любом случае, на отдельном участке поля важно сохранять ситуацию «два в атаке против одного в защите». После попытки игроки атаки остаются в зачетке, чтобы точно так же потом атаковать в обратную сторону. После того, как все атакующие вернуться на место начала игры, тренер-преподаватель меняет пограничников.



### 7.13. ПОГРАНИЧНИКИ 3Х3 (правила тэг-регби)

#### **Направленность игры и компоненты тэг-регби**

Моделирование игровой ситуации трое в атаке против троих в защите, когда атаке противостоят сначала два защитника, а потом один. Это финальный этап обучения перед началом двухсторонней игры в тэг-регби.

#### **Условия**

Площадь: школьный спортзал(24X12)  
Игроки: от 5 человек  
Время: до 15'  
Оборудование: мяч на троих, комплекты для тэг-регби по количеству атакующих игроков

#### **Примечания**

На этом этапе важно, чтобы игроки усвоили необходимость соблюдать правила «вне игры» при срыве тэга. Важно дать всем сыграть на обеих позициях. Как правило, пограничников меняют, когда все атакующие игроки перебежали до противоположной зачетки и обратно.

#### **Ход игры**

Три игрока атаки играют последовательно сначала против двоих защитников, а затем против одного. Первый атакующий игрок разыгрывает мяч по правилам тэг-регби в центре своей зачетки и передает пас второму. На линии 5 м от зачетки находятся 2 пограничника. Игрок, принявший мяч, пытается

#### **Безопасность**

Игроки обязаны избегать столкновений; всем игрокам запрещается прыгать и падать; у защитника(пограничника) единственный способ остановить игрока с мячом – сорвать тэг.

Расстояние от линии разметки до стен должно быть безопасным.

#### **Игроки**

► Атака: используют полученные навыки для уклонения от «захвата» пограничником.

► Защитники: общаются между собой, находятся в низкой, устойчивой стойке, перемещаются, используя технику частой работы ног, после срыва тэга поднимают руку с тэгом вверх и громко кричат «тэг!», затем возвращают тэг атакующему игроку в руки.

#### **Тренер-преподаватель**

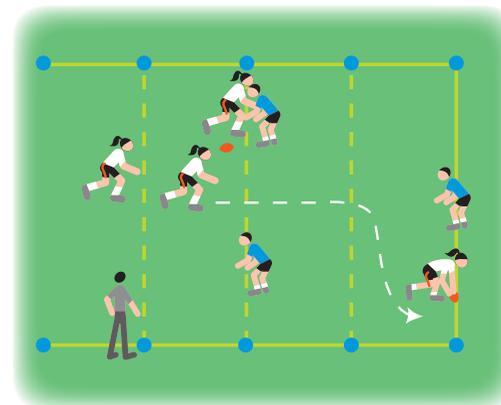
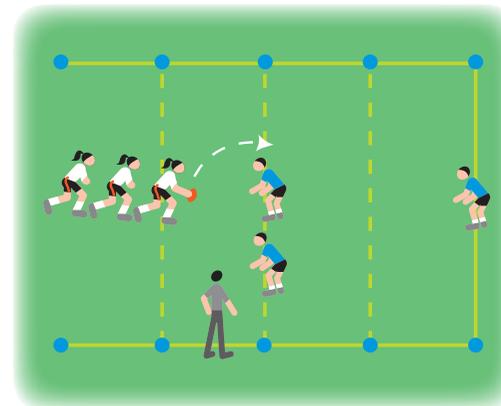
► Поощряет игроков использовать полученные ранее навыки уклонения от захвата,

► Поощряет общение игроков атаки и игроков защиты между собой,

► Создает условия для отсутствия столкновений (площадь должна быть достаточно просторной, чтобы игроки имели пространство для обыгрыша),

Регулирует интенсивность передвижений игроков (можно менять время игры, размер площадки, количество игроков в обеих группах).

обыграть защитников на ногах или пасом. Чтобы остановить атакующего игрока, защитник срывает тэг, передает его тому, у кого сорвал и после этого может пытаться сорвать тэг у второго игрока атаки. В случае срыва тэга игрок поддержки, получивший мяч (как в игре «Лидер») продолжает атаку до совершения попытки. Пограничники могут двигаться только поперек поля, по линии («границе») от аута до аута. В условиях школьного зала, обычно, 2 пограничника стоят в 3-5 метрах от зачетки противника, а 3-й пограничник на линии своего зачетного поля. После попытки игроки атаки остаются в зачетке, чтобы точно так же потом атаковать в обратную сторону. После того, как все атакующие вернутся на место начала игры, тренер-преподаватель меняет пограничников. Тренер-преподаватель может использовать двух-трех пограничников, меняя их по очереди или ставить их в колонну одного за другим с безопасным интервалом 3-5 метров. В условиях зала это обычно 2 пограничника (1 на центральной линии и 1 на линии зачетки). В любом случае, на отдельном участке поля важно сохранять ситуацию «два в атаке против одного в защите». После попытки игроки атаки остаются в зачетке, чтобы точно так же потом атаковать в обратную сторону. После того, как все атакующие вернутся на место начала игры, тренер-преподаватель меняет пограничников.



## 8. Рекомендации детским тренерам-преподавателям:

Будьте уже готовы к тому моменту, когда игроки соберутся. Приготовьте все для начала первой игры.

2. Будьте полны энтузиазма и приветливы. Не забывайте улыбаться.)
3. Делайте свои объяснения простыми, позвольте игрокам задавать вопросы.
4. Учитывайте индивидуальные возможности своих воспитанников и включайте в игру каждого.
5. Всегда поощряйте и хвалите усилия, а не только результат.
6. Используйте свисток, чтобы привлечь внимание. Избегайте криков, всегда будьте терпеливы.
7. Используйте визуальные средства (яркие манишки, конусы, фишки), чтобы усилить игровую наблюдательность. Яркая форма и инвентарь повышают эмоциональность занятий.
8. Избегайте подчеркивания ошибок или слабых сторон. Не используйте отрицания и негативные слова. Не сквернословьте!!!
9. Называйте игроков по имени, как в семье, а не по фамилии, как в школе. Если у игрока есть кличка, которая ему нравится, возможно, это неплохо, но не придумывайте и не используйте прозвище. Это может расстроить ребенка.
10. Убедитесь, что игроки знают, как Вас зовут и называют по имени или имени-отчеству.
11. Используйте мячи нужного размера. Для этой возрастной группы 9-13 лет №3, для 14 лет и старше - №4.
12. Периодически перемешивайте команды заново, чтобы не всегда некоторые игроки доминировали, и чтобы другие игроки имели возможность проявить себя.
13. Призывайте и поощряйте ведущих игроков быть хорошим примером для других членов команды.
14. Оставайтесь спокойными и терпеливыми в отношении плохого поведения. Если понадобится, удалите плохо воспитанных игроков на скамейку, но обеспечьте присмотр за ними.
15. Вовлекайте детей в решение проблем. Задавайте вопросы и позволяйте игрокам обсуждать их между собой. Просто направляйте общение в правильное русло в дружеской, конструктивной тональности.
16. Подготовьте план своих действий на случай непредвиденных обстоятельств, если тренировка не «задалась» или игроки считают ее слишком легкой или слишком трудной. Не бойтесь менять план, если что-то пошло не так.
17. Вежливо просите родителей и опекунов не вмешиваться, оставаться ненавязчивыми. Это ИХ детям нужно сосредоточиться на тренере-преподавателе и игре.
18. Не поддавайтесь искушению присоединиться к игрокам. Это влияет на Ваш контроль за процессом, а также на безопасность.
19. Обеспечьте честную игру. Не пропускайте нарушения правил.
20. Поощряйте желание игроков пробовать и рисковать. Они не должны бояться ошибаться.

21. Поддерживайте продолжительность основной части своих тренировочных занятий на уровне не более 30-40 минут. Проверьте, чтобы мячи были накачаны не слишком сильно и не слишком слабо.

22. Используйте игры с мячом из других игр (баскетбол, волейбол, гандбол, теннис, футбол), чтобы улучшить координацию, передачи и движения.

23. Помните, дети следят за языком Вашего тела, поэтому оставайтесь открытым, живым. Избегайте привычки складывать руки, постоянно смотреть на часы, отвлекаться на родителей или выглядеть уставшим.

24. Пусть игроки будут все время заняты. Минимум остановок, за исключением пауз для питья воды. Помните, Вы всегда можете использовать это время для любых вопросов и краткого ревью.

25. Используйте и поощряйте юмор, но старайтесь избегать чрезмерного использования жаргона. Помните: то, что взрослые считают смешным, дети могут и не понять.

Все вышеперечисленное является дополнением к обычным вопросам условий проведения занятий: журналы учета групп, охрана здоровья и безопасность, медицинская информация, проверка поля и оборудования, а также правильно подобранный игровой инвентарь и т. д.

Очень важно, чтобы на занятиях, когда Вы тренируете несовершеннолетних, у Вас был бы помощник или другой взрослый.



## 9. Список источников и литературы для самостоятельного изучения

### Литература:

1. Бомпа, Тудор. Периодизация спортивной тренировки = Periodization Training for Sports: [монография] / Бомпа Тудор, Буццичелли Карло А.; [пер. с англ.]. - [3-е изд.]. - Москва: Спорт, 2016. - 383 с.
2. Губа, В.П. Индивидуализация подготовки юных спортсменов. / В.П. Губа., П.В. Квашук - Москва : Физкультура и спорт, 2009.- 280 с
3. Сахарова М.В. Основы подготовки в детско-юношеском регби / М.В. Сахарова. М: Спортна, - 2005. -320 с.
4. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 520 с.
5. Теория и методика физической культуры. / под ред.: Карнаухова Г.З., Кузнецова В.С., Холодова Ж.К. – М.: 4-й филиал Воениздата, - 2001. – 320 с.
6. Федотова Е.В. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта / Е.В. Федотова. – М.: Компания спутник +, 2001. - 244 с.
7. Ireland C. Fun Mini Rugby Games for 5 to 8 Year Olds / C. Ireland., D. Cottrell (Editor) – UK.: Green Star Media, 2009. – 43 p.

### Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

#### 1. Сайт Федерации регби России:

- <https://rugby.ru>
- <https://rugby.ru/federation/do-rugby/>
- <https://rugby.ru/news/pravila-teg-regbi-dlya-shkolnikov/>

#### 2. Русифицированный сайт World Rugby для обучения:

- <https://passport.worldrugby.org/index.php?&language=RU>

#### 3. Русифицированный раздел сайта международной программы GET INTO RUGBY:

- <https://getintorugby.worldrugby.org/?page=28&language=ru>

#### 4. Видео «Правила тэг-регби для школьников»:

- [https://www.youtube.com/watch?v=Z6\\_dKf8JqS8](https://www.youtube.com/watch?v=Z6_dKf8JqS8)

#### 5. Образовательный модуль «Тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования:

- <https://fgosreestr.ru/registry/obrazovatelnyy-modul-teg-regbi/>



## Правила игры в тэг-регби, рекомендованные для проведения Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников «Президентские спортивные игры» в 2020/2021 учебном году

### Содержание:

#### Раздел А. Словарь терминов и разметка игрового поля

#### Раздел Б. Цель игры

#### Раздел В. Правила игры

- Правило 1 Команды/Экипировка
- Правило 2 Продолжительность игры/Начало игры
- Правило 3 Набор очков
- Правило 4 Ход игры
- Правило 5 Захват
- Правило 6 Розыгрыш мяча
- Правило 7 Вне игры
- Правило 8 Мяч выходит из игры
- Правило 9 Преимущество
- Правило 10 Чего следует избегать
- Правило 11 Дисциплина

#### Раздел Г. Правила поведения

## Раздел А. Словарь терминов

**Атакующая команда / атакующий игрок** – команда/игрок, владеющий мячом.

**Блокировка** – положение в игре, когда игрок без мяча в атакующей команде заслоняет собой партнера, владеющего мячом, препятствуя защитнику сорвать тэг. Или, когда игрок с мячом использует своего партнера без мяча, как заслон от защитника, пытающегося сорвать тэг. Движения игрока атаки в поддержку к игроку с мячом блокировкой не является.

**Вне игры** – игрок защиты, который не возвращается по направлению к своей линии попытки, когда происходит срывание ленты, и находится впереди воображаемой линии, проходящей через мяч поперек поля, называемой «линией вне игры».

**Вращение** – когда игрок с мячом умышленно совершает вращательные движения телом наподобие пируэтов для избегания срывания ленты соперником. Такое движение запрещено в тэг-регби и наказывается розыгрышем мяча невиновной командой.

**Выход мяча из игры** – происходит, когда мяч или игрок с мячом касается линии аута, линии аута зачётной зоны или линии мёртвого мяча, или чего-либо или кого-либо на или за этими линиями.

**Захват (ТЭГ)** – это простое срывание защитником одной или двух лент с игрока, владеющего мячом.

**Захватывающий игрок** – защитник, который сорвал ленту у игрока, владеющего мячом, называется захватывающим игроком.

**Зачётная зона/зачётное поле** – зона между линией попытки и линией мёртвого мяча, включающая линию попытки, но не включающая линию мёртвого мяча и линии аута зачетного поля.

*Примечание: Если поле не имеет разметки линии мёртвого мяча, то зачётная зона может продолжаться приблизительно на 5 метров за линией попытки. Судья должен поощрять атакующего игрока, владеющего мячом в зачетной зоне, приземлять мяч для осуществления попытки, как только он пересекает линию попытки.*

**Защищающаяся команда** – команда, не владеющая мячом.

**Защитник** – игрок защищающейся команды.

**Игра вперёд** – положение в игре, когда игрок пытается поймать мяч руками и мяч отскакивает вперёд в поле в направлении линии попытки соперника, или игрок роняет мяч из рук вперёд в поле в направлении линии попытки соперника.

**Игрок, несущий мяч** – участник атакующей команды, который владеет мячом.

**Капитан** – игрок, выбранный командой. Только капитан уполномочен контактировать с судьей во время игры.

**Линии 5 метров** – линии, проходящие от одной линии аута до другой линии аута и отстоящие на 5 метров с каждой стороны центральной линии поля.

**Линия аута** – линия, обозначающая боковые границы игрового поля. Линия аута принадлежит ауту.

**Линия защиты** – воображаемая линия, проходящая через всё поле от одной линии аута до другой линии аута и параллельная линии попытки. Эта линия находится в 5 метрах позади от точки розыгрыша мяча. Все защитники должны отойти за эту линию, чтобы оказаться в положении «в игре» в момент розыгрыша мяча.

**Линия мёртвого мяча** – линия, параллельная и отстоящая на 5 метров за линией попытки, определяющая конец зачётного поля. Линия мертвого мяча принадлежит ауту.

**Линия попытки (линия зачетного поля)** – горизонтальная линия с каждой стороны поля, на или за которой засчитывается попытка. Линия зачетного поля принадлежит зачетной зоне.

**Ложный захват** – когда защитник кричит «ЗАХВАТ/ТЭГ» без физического срывания ленты. Такое нарушение наказывается розыгрышем мяча невиновной командой.

**Метка** – позиция на поле, где назначается розыгрыш мяча.

Где бы не произошло нарушение правил, назначается розыгрыш мяча в пользу невиновной команды в месте, где произошло нарушение.

*Примечание: если нарушение произошло за зачётной линией или на расстоянии ближе пяти метров (5 м) от неё, розыгрыш мяча назначается в пяти метрах (5 м) от зачётной линии для создания необходимого пространства.*

**Минимальное количество игроков** – минимальное количество игроков на поле не может быть менее двух игроков. Это количество необходимо для розыгрыша мяча и ведения игры.

**Наказание** – назначение розыгрыша мяча против игрока или команды, нарушившей правила.

**Нет захвата/ТЭГА** – когда у игрока, несущего мяч, срывают ленту одновременно с его пасом, то судья определяет это в пользу защищающейся команды и не считает это как ЗАХВАТ/ТЭГ. Следовательно, нет захвата - нет положения вне игры.

**Пас вперед** – мяч передается вперёд по направлению к линии попытки соперника. Это недопустимый пас в тэг-регби и наказывается розыгрышем мяча невиновной командой.

*Примечание: пас в сторону допускается*

**Переход мяча** – передача мяча противоположной команде; игра начинается после розыгрыша мяча командой, получившей владение мячом.

**Попытка** – единственный способ набрать очки в тэг-регби. Попытка засчитывается, когда мяч приземлён атакующим игроком на или за линию попытки, но перед линией мёртвого мяча. Попытка оценивается в 1 (одно) очко в тэг-регби.

*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.*

**Преимущество** – момент в игре, когда совершено нарушение правил, но вместо того, чтобы дать свисток и немедленно остановить игру, судья позволяет игре продолжаться, если это приводит к территориальному преимуществу команды, которая не совершила нарушение.

**Приземление мяча** – игрок приземляет мяч, когда он держит мяч и касается мячом поля в зачётной зоне. Держит – означает удерживает кистью или кистями рук или рукой/руками.

Примечание: Если поле не имеет разметки линии мёртвого мяча, то зачётная зона может продолжаться приблизительно на 5 метров за линией попытки.

**Розыгрыш мяча** – розыгрыш мяча используется для начала игры с центра средней линии или для возобновления игры с места, где мяч вышел из игры или было нарушение, или был переход мяча. Мяч может быть положен на землю или удерживаться в руках, и по команде судьи «ИГРАЙ!», но не раньше, атакующий игрок должен слегка ударить мяч стопой, так чтобы он прошел после удара видимое расстояние, овладеть мячом и отдать пас. Разыгравшему мяч не разрешается самому бежать с мячом. При розыгрыше мяча соперники должны отойти назад на 5 метров по направлению к своей линии попытки или на свою линию попытки, если она ближе. Защитникам не разрешается двигаться вперед, пока не совершен пас.

**Удаление на 1 минуту (желтая карточка)** – наказание «удаление на одну минуту» назначается судьей в случае повторного и/или систематических нарушений, оказывающих влияние на ход игры (например, постоянное препятствование игре в положении «вне игры» или повторное выполнение ложных захватов, споры с судьей, неспортивное поведение и т.п.). Удаление производится без права замены удаленного другим игроком в течение минутного штрафа. Удаленный игрок может быть заменен любым другим игроком после завершения минутного штрафа.

**Удаление до конца игры (красная карточка)** – до конца игры удаляется игрок, повторно получивший желтую карточку в одном матче, или игрок, демонстрирующий неспортивное поведение по отношению к другим участникам матча, а также совершивший грубое нарушение правил, угрожающее безопасности других участников матча. Решение об участии в дальнейших матчах турнира игрока, получившего красную карточку, принимается судейской коллегией сразу по окончании матча, в котором была предъявлена красная карточка.

**Штрафная попытка** – назначается, когда, по мнению судьи, игрок с мячом, находясь в зачетной зоне или в непосредственной близости к ней, совершил бы попытку, но этого не произошло из-за нарушений правил игры соперником.

**Штрафной** – назначается против игрока или команды, виновной в нарушении правил, при отсутствии преимущества в пользу невиновной команды. Игра возобновляется с розыгрыша мяча невиновной командой в месте нарушения правил.

### Разметка игрового поля

Всемирные правила World Rugby рекомендуют при проведении соревнований по тэг-регби для игры 7X7 (семь игроков в каждой команде) использовать следующие размеры поля: ширина не более 50 м, длина не более 70 м.

Исходя из этих пропорций ширины, длины поля (включая зачетные поля) и количества игроков, рекомендуются следующие размеры полей/площадок для проведения Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников «Президентские спортивные игры» по тэг-регби:

1. Варианты для игры 5X5 (см. рисунок внизу стр. 51):
  - не более 35 м в ширину, не более 60 м в длину
  - 30x50 м (идеально подходит при проведении турниров и фестивалей, когда полноразмерное поле делится на 4 части «крестом»)
  - 25x46 м рекомендуемые минимальные размеры для игры 5X5
2. Варианты для игры 4X4 или 5X5 в зависимости от размеров игроков, их возраста и степени подготовленности:
  - 20x40 м подходит как для игр 5X5, так и 4X4,
  - 18x36 м
  - 15x30 м
3. Варианты для игры 4X4 или 3X3 в зависимости от размеров игроков, их возраста и степени подготовленности:
  - А. 12X24 м
  - В. 9X18 м
4. Другие варианты. Учитывая недостаточные возможности некоторых школьных спортивных залов, в некоторых случаях можно играть поперек площадки. Тем самым, можно получить достаточную ширину поля, необходимую для вовлечения большего количества участников. В таком случае, рекомендуется начинать и возобновлять игру не с центра поля, а от своей линии зачетного поля. Это даст необходимое пространство для атаки. В случае отсутствия линий, разметка может быть выполнена мягкими фишками, маркерами или конусами, безопасными для участников.

Примечания: Размер каждого или одного зачетного поля также может быть уменьшен с 5 м до 3 м. Все указанные размеры являются рекомендованными. В любом случае окончательные размеры поля/площадки для игры в тэг-регби определяет организатор мероприятия, исходя из имеющихся у него возможностей. С учетом здравого смысла и требований безопасности.



## Раздел Б. Цель игры

Целью игры является набор очков. Это достигается заносом мяча с приземлением его на или за линию зачётного поля соперника.

Игрок, владеющий мячом (атакующий игрок), может для этого бежать или отдать пас, но ему не разрешается бить по мячу ногой или рукой. Мяч может быть передан пасом только в сторону или назад, но не по направлению вперед к зачётной линии соперника.

Цель команды, не владеющей мячом (команда защиты), предотвратить продвижение атакующей команды, срывая ленты с игрока, владеющего мячом.

## Раздел В. Правила игры

### Правило 1 Команды/Экипировка

1.1. Максимальное число игроков на поле в любой момент времени — пять игроков от каждой команды.

1.2. Минимальное количество игроков одной команды на поле – два человека. Это количество, необходимое для розыгрыша мяча и ведения игры. В ходе матча судья может удалять каждого игрока, который грубо или систематически нарушает правила, но он не может оставить на поле менее двух игроков одной команды. Если складывается ситуация, что арбитр принял решение удалить больше 3 игроков одной команды, каждый следующий нарушитель после 3-го удаленного должен быть заменен запасным игроком, до тех пор, пока не закончится время наказания. У арбитра также есть право прекратить матч из-за систематических грубых нарушений игроками или представителями команды. Такой команде засчитывается техническое поражение. Вопрос об участии этой команды в дальнейших играх и соревнованиях решается организаторами спортивного мероприятия.

1.3. Экипировка игроков — все игроки носят пояс для тэг-регби. Рубашки должны быть все время заправлены. Ленты/тэги должны быть правильно расположены по бокам игрока. Игрок не может принимать участие в игре, если обе ленты/тэга не находятся на своих местах.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

1.4. Игрокам разрешается надевать спортивную компрессионную одежду и т.п. или спортивный костюм под официальную рубашку для тэг-регби, принимая во внимание, что, по мнению судьи, надетая экипировка не ограничивает противника в выполнении захвата.

1.5. Судье следует перед началом игры выпускать каждую команду только с пятью комплектами идентичных для обеих команд лент/тэгов (одинаковых, за исключением цвета). Если игрок заменен в ходе игры он передает свои ленты/тэги новому игроку, выходящему на поле. Ни одна лента/тэг не должна быть прикреплена к поясу до момента, пока она не получена от заменяемого игрока.

1.6. Цвет лент/тэгов каждой команды не может быть того же цвета, что и форма игроков, или быть похожими, что, на усмотрение судьи, может дать нечестное преимущество в игре одной из команд.

1.7. Все ленты/тэги должны быть возвращены судье по окончании игры.

1.8. Замены допускаются в любой момент игры при условии, что ход замены не препятствует ходу игры. Замененный игрок должен покинуть поле перед тем, как заменивший его игрок примет участие в игре.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

1.9. Игрокам не разрешается надевать что-либо, что может быть опасным для других игроков и для себя, например, цепочки, сережки, кольца или часы. Если украшения не могут быть убраны, например, кольца, тогда они должны быть полностью покрыты лентой или пластырем, чтобы скрыть острые или выступающие края.

1.10. Обувь должна быть подходящей для погоды и игровой поверхности.

1.11. Защитный шлем, головной платок, трикотажная шапочка и т. п. допускаются постольку, поскольку они не представляют угрозу безопасности игрокам, использующему такую защиту, и другим игрокам на поле.

1.12. Игрокам не разрешается носить очки, в том числе и солнцезащитные очки. Допускаются контактные линзы и спортивные защитные очки.

1.13. В целях объективного судейства обе команды должны быть одеты в форму, отличающуюся от противоположной команды по цвету. Если, по мнению судьи, имеет место схожесть расцветок, то, обычно, команда «гостей» должна поменять цвет формы. В таких случаях, допускается использование различительных манишек, одетых поверх игровой формы. Организаторам рекомендуется иметь два комплекта разных по цвету игровых манишек для таких случаев.



## Правило 2 Продолжительность игры/Начало игры

2.1. Продолжительность одной игры на Всероссийских спортивных соревнованиях(играх) школьников «Президентские спортивные игры» состоит из 10 минут «грязного» времени и состоит из двух половин по пять (5) минут каждая, с 2-минутным перерывом между половинами игры, в котором команды меняются сторонами.

2.2. Капитан, который выигрывает жребий перед игрой, может выбрать либо владение мячом и начало игры, либо половину поля, на котором начнет играть его команда. Капитан, который не угадывает жребий, выбирает оставшийся вариант.

## Правило 3 Набор очков

3.1. Единственный способ набрать очки в тэг-регби — это совершить попытку. Попытка засчитывается атакующей команде, когда она приземляет мяч на или за зачётную линию в зачётном поле соперника. Если мяч приземлен на линии аута зачётной зоны или на линии мёртвого мяча, то попытка НЕ засчитывается, и игра будет возобновлена розыгрышем мяча защищающейся командой в пяти метрах (5м) от зачётной линии.

3.2. За попытку присуждается одно очко.

3.3. В целях безопасности нельзя прыгать, падать, нырять или проскальзывать по полю для совершения попытки; игроки должны оставаться на ногах для набора очков.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

3.4. После совершения попытки команда, пропустившая попытку, возобновляют игру розыгрышем мяча с центра средней линии поля. Судья обязан дать достаточно времени команде, совершившей попытку, вернуться на свою половину до того, как произнесет «ИГРАЙ» для разыгрывающего игрока.

3.5. На Всероссийских спортивных соревнованиях(играх) школьников «Президентские спортивные игры» по тэ-регби счет захватам/тэгам не ведется. Когда захват/тэг происходит на или за зачётной линией, работает правило «3 секунды, 3 шага». Даже если атакующий игрок до этого по инерции коснулся мячом земли, он имеет возможность отдать пас партнеру по команде для совершения попытки, учитывая тот факт, что это должно быть сделано в течение 3 секунд. Если этот игрок без ленты/тэга приземляет мяч и выпускает его из рук, мяч открыт для игры игрокам обеих команд с соблюдением правил положения «вне игры».

3.6. Штрафная попытка — назначается, когда, по мнению судьи, игрок с мячом, находясь в зачетной зоне или в непосредственной близости к ней, совершил бы попытку, но этого не произошло из-за нарушений правил игры соперником.

Попытка засчитывается, если она могла быть совершена, но не состоялась из-за нарушения правил игры соперника.

## Правило 4 Ход игры

4.1. Без контакта — Допускается строго БЕСКОНТАКТНАЯ игра между игроками, единственный допустимый «контакт» между двумя командами — это

срывание ленты/тэга с пояса игрока, владеющего мячом. И атакующие, и защитники 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/тэга любым способом. Не разрешается тянуть за одежду или за мяч, а также выбивать мяч и вырывать его из рук у игрока с мячом. Игрок, который инициирует контакт, должен быть наказан и ему должно необходимо напомнить об этом правиле. Помните: «Бежать в пространство, не в игрока». Разрешается перехват паса противника в открытой игре и при условии, что соблюдаются правила положения «вне игры».

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

4.2. Защитникам следует, оставаясь на ногах(не прыгая и не падая) «захватывать» со стороны и не пересекать туловище атакующего игрока для срывания ленты/тэга. Защитник должен, на усмотрение судьи, пытаться сорвать ленту/тэг, а не препятствовать умышленно продвижению игрока с мячом или иному атакующему игроку любой частью тела. Любой игрок, инициирующий контакт, должен быть наказан.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

4.3. Правило мяча в двух руках — если игрок с мячом держит мяч лишь одной рукой, когда приближается к защищающимся игрокам, высока вероятность что его/её «свободная рука» каким-либо способом — умышленно или неумышленно — вмешается, заблокирует или отразит попытку защищающегося игрока попытаться совершить «захват»/тэг. Это часто ведет к недовольству со стороны защищающихся игроков и к абсолютно ненужным контактам между соперниками. Для избегания этого и, в то же время, для поощрения игры в пас в тэг-регби ИГРОК С МЯЧОМ ДОЛЖЕН ДЕРЖАТЬ МЯЧ В ДРУХ РУКАХ, КОГДА ОН НАХОДИТСЯ БЛИЖЕ ТРЕХ МЕТРОВ (3 М) ОТ ЗАЩИЩАЮЩИХСЯ ИГРОКОВ. Если возможно, судьи поощряют использование этого правила, выкрикивая, при необходимости, «МЯЧ В ДВЕ РУКИ!», но наказывают игрока с мячом, если он/она игнорирует это предупреждение или использует свою свободную руку для вмешательства, блокирования или препятствования защищающемуся игроку сорвать тэг.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

**Примечание: Передача мяча одной рукой и приземление мяча (попытка) одной рукой не является нарушением, при условии, что атакующий игрок не защищал тэги в этот момент. Предупредить игрока, что он держит мяч в одной руке — не является обязательным для судей перед тем, как наказать его, но это будет соответствовать духу и ценностям регби.**

4.4. Не разрешается пас вперед и игра вперед.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

## Правило 5 Захват/тэг

5.1. Только игрок с мячом может быть захвачен, и захват — это просто срывание одной или двух лент с игрока с мячом. Игрок с мячом может убежать

или уклониться от защищающихся игроков, пытающихся совершить захват, но не может препятствовать срыву тэга защищая или заслоняя свои ленты/тэги любым способом. Это включает использование мяча или локтей.

5.2. Как только защищающийся игрок сорвал ленту, он поднимает ленту над своей головой и кричит во всеулышание «ЗАХВАТ!»/«ТЭГ!».

**На Всероссийских спортивных соревнованиях(играх) школьников «Президентские спортивные игры» по тэг-регби счет захватам не ведется.**

5.3. Что должен делать игрок с мячом после захвата? — В детском тэг-регби нет остановок игры после совершения захвата. Игрок с мячом без ленты/тэга должен незамедлительно(в течение 3-х секунд) освободиться от мяча, отдав пас или приземлив его рядом с собой. Ему разрешается сделать по инерции максимум три (3) шага для выполнения передачи. Если он не соблюдает этого правила, то назначается розыгрыш мяча в пользу невиновной команды в месте «захвата».

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

**Примечание: Игрок с мячом может отдать пас в момент остановки.**

5.4. Что должен делать захвативший игрок после захвата? — Захвативший игрок и другие защитники должны отойти как минимум на один (1) метр от игрока с мячом (атакующего), давая ему место для совершения паса. После того как захват совершен, и атакующий игрок освободился от мяча, оба игрока — «атакующий» и «захвативший» — сразу «выпадают» из игры на короткий отрезок времени. Захвативший игрок не может более продолжать участие в игре, пока не вернет ленту/тэг обратно атакующему игроку в руки, а атакующий игрок не может принимать участие в игре, пока он сам снова не прикрепит ленту/тэг к поясу.

Защитник не может: бросать ленту/тэг на землю, бросать ленту/тэг в сторону противника, пытаться, с целью побыстрее вернуться в игру, прикреплять ленту/тэг к поясу атакующего самостоятельно. Защитник также не имеет права срывать тэг с другого атакующего игрока, пока не вернет предыдущий сорванный тэг, согласно правилам.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

5.5. Попытка не засчитывается, если атакующий игрок, владеющий мячом, захвачен до того, как он приземлил мяч для совершения попытки (см. Правило 3.5 для подробной информации). «Нет тэга - нет попытки!»

5.6. Чтобы «захват» был правильным, мяч должен быть в руках игрока с мячом в момент совершения «захвата». Если защищающийся игрок умышленно срывает ленту с игрока с мячом после того, как он/она отдал пас, или до того, как игрок получил мяч, то считается, что защищающийся игрок сделал неправомерный «захват». В обоих случаях судье следует, если только невиновная команда не получает преимущества, назначить розыгрыш мяча в пользу невиновной команды на месте нарушения.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

5.7. Если защищающийся игрок выкрикивает «ЗАХВАТ!»/«ТЭГ!» без физического срывания ленты («ложный захват»), то атакующая команда получает розыгрыш мяча, если только она не получила преимущества.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

5.8. В целях безопасности, если игрок с мячом непреднамеренно падает на землю или поскользывается, продолжая владеть мячом (это включает, если

колени или локоть касаются земли), и защищающийся игрок находится на расстоянии, достаточном для захвата, считается, что «захват» был совершён. В этой ситуации, если упавший игрок не отдал мяч незамедлительно (в течение 3 секунд) партнеру, судье следует немедленно остановить игру и возобновит ее розыгрышем мяча команда, которая не владела мячом.

5.9. Ни один игрок не может принимать участие в игре без двух лент/тэгов, прикрепленных должным образом по бокам игрока. Форма игрока должна быть заправлена в шорты. Ни форма, ни манишки не закрывать тэги сверху или высываться из-под пояса.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

**Примечание: Однако по духу игры, если судья понимает, что лента/тэг сорвалась с пояса игрока с мячом чисто случайно, а защищающийся игрок находится на расстоянии, достаточном для захвата, судья может сам крикнуть «ТЭГ», назначить ЗАХВАТ и начать отсчет трех секунд, побуждая игрока с мячом, потерявшего ленту/тэг, отдать пас партнеру. Если игрок, потерявший ленту, не отдал пас партнеру в течение 3 секунд, судья назначает розыгрыш мяча невиновной командой. Место, где производится розыгрыш мяча, определяется на усмотрение судьи, но обычно это там, где изначально упала лента/тэг или где, на взгляд судьи, игрок с мячом мог бы быть захвачен защищающимся игроком.**



## Правило 6 Розыгрыш мяча

6.1. Розыгрыш мяча используется для начала игры или ее возобновления в месте, где мяч вышел из игры или имело место нарушение, или имел место переход мяча. Место, в котором судья назначает розыгрыш мяча, называется Метка. Любой игрок может выполнить розыгрыш мяча для своей команды. Мяч может быть помещен на землю или находиться в руках, и по команде судьи «ИГРАЙ», но не раньше, атакующий игрок должен коснуться мяча стопой и отдать пас. Касание мяча коленом не разрешается. Касание мяча стопой, не выпуская его из рук, не разрешается. Судья должен остановить игру и попросить выполнить розыгрыш мяча правильным образом. При повторном подобном нарушении мяч передается невинной команде для розыгрыша мяча в точке, где розыгрыш должен был быть произведен.

6.2. При розыгрыше мяча защищающаяся команда должна отойти назад на пять метров (5м) по направлению к своей зачётной линии и встать на воображаемой линии, называемой «линией защиты». Защищающимся игрокам не разрешается двигаться вперед с линии защиты до момента, пока атакующий игрок не выполнит пас.

**Наказание: Розыгрыш мяча с линии защиты.**

6.3. Розыгрыш мяча не может быть совершен быстро, а только после того, как судья даст защищающейся команде время (около пяти (5) секунд) для отхода на требуемые пять метров (5м) и даст команду «ИГРАЙ». Игра должна возобновиться розыгрышем мяча и пасом игрока атакующей команды, игроку не разрешается разыграть мяч и бежать самому. Если такое происходит, судье следует остановить игру и попросить выполнить розыгрыш мяча правильным образом. При повторном подобном нарушении мяч передается невинной команде для розыгрыша мяча в точке, где розыгрыш должен был быть произведен.

6.4. Судья обычно точно показывает защищающимся игрокам, как далеко им следует отойти от места розыгрыша на линию защиты, встает на линию защиты в 5-ти метрах от Метки и командует «ЗА МЕНЯ» или, например, «ШАГ(ДВА) НАЗАД». Все защищающиеся игроки должны занять позицию на линии с судьёй или дальше от судьи по направлению к своей зачётной линии, иначе они будут наказаны.

6.5. Судьи обычно дают достаточно времени (около пяти (5) секунд) для защищающейся команды быстро занять линию защиты и не должны задерживать возобновление игры слишком долго. Если защищающиеся игроки слишком медленно возвращаются назад, судья может по своему усмотрению дать игре возобновиться. Когда игра возобновляется, любой игрок защиты, кто еще не отошёл на положенные пять метров (5м), не может принимать участие в игре, пока не выполнит это правило.

6.6. Если защищающийся игрок, который не вернулся назад на требуемые пять метров (5м), вмешивается в игру, судье следует назначить розыгрыш мяча невинной команде, если только она не получает преимущества. Этот розыгрыш мяча назначается с линии защиты, защищающиеся игроки должны также отойти еще на 5 метров назад.

**Наказание: Розыгрыш мяча с линии защиты.**

6.7. По соображениям безопасности игрок, получающий мяч после розыгрыша мяча, не может начинать движение более, чем в двух (2) метрах позади от Метки для избегания потенциально опасного движения с мячом.

6.8. Если нарушение происходит за зачётной линией или на расстоянии до пяти метров (5м) от неё, то розыгрыш мяча назначается в пяти метрах (5 м) от зачётной линии для создания необходимого пространства.

6.9. Если розыгрыш мяча назначается, но нарушившая команда виновна в дальнейшем нарушении правил, например, оспаривает решение судьи, судья предупреждает или наказывает нарушителя и переносит Метку розыгрыша мяча на пять метров (5 м) вперед. Дальнейшее нарушение может привести к тому, что судья перенесет Метку розыгрыша мяча на следующие пять метров (5 м) и удалит игрока, препятствовавшего розыгрышу.

## Правило 7 Вне игры

7.1. Что такое «вне игры»? — Игроки могут оказаться «вне игры» сразу после совершения «захвата», но важно, что только защищающиеся игроки могут быть наказаны за нахождение в положении «вне игры». Проще говоря, как только совершен «захват», возникает воображаемая линия вне игры, которая проходит по мячу поперек поля (исключение для захватившего игрока, для которого эта линия на один метр (1м) дальше, как описано выше в пункте правил 5.4). Когда совершен захват, все защищающиеся игроки должны пытаться отойти в направлении своей зачётной линии до того момента, пока они не окажутся позади линии мяча (линии «вне игры»). Защищающиеся игроки, находящиеся впереди мяча в момент «захвата», оказываются в положении «вне игры», и им не разрешается вмешиваться в игру любым способом, в том числе блокировать или прерывать пас, мешать игрокам поддержки или захватывать игрока, получающего пас.



**Наказание: Розыгрыш мяча.**

**Примечание:** *В открытой игре, пока не произведен ЗАХВАТ/ТЭГ, нет положения «вне игры».*

7.2. Когда игроки должны быть наказаны за нахождение в положении «вне игры»? — Игроки должны быть наказаны за нахождение в положении «вне игры», только если они **НАХОДЯТСЯ «ВНЕ ИГРЫ» И, ПРИ ЭТОМ, ВМЕШИВАЮТСЯ В ИГРУ СРАЗУ ПОСЛЕ «ЗАХВАТА»**. Если игроки находятся в положении «вне игры» во время захвата, они должны приложить все усилия для возвращения в положение «в игре»; но если они никаким образом не вмешиваются в игру, то они не должны быть наказаны, и игра должна быть продолжена. Как только игрок с мячом отдаст пас после «захвата» игра продолжается, это рассматривается как «открытая игра», и линия «вне игры» более не существует для тех игроков защиты, которые отошли за нее, согласно правилам.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

7.3. Для помощи судьям игроки, которые случайно находятся в положении «вне игры», должны поднять обе руки над головой, чтобы показать судье, что у них нет намерения пытаться вмешиваться в игру.

7.4. Правильный перехват паса — Защищающийся игрок, который находится в положении «в игре», может побежать вперед и поймать пас, совершенный атакующим игроком, который был «захвачен», если в момент паса Защитник все ещё находился в положении «в игре». В открытой игре перехват может быть выполнен Защитником в любой момент.

### **Правило 8 Мяч выходит из игры**

8.1. Если мяч или игрок с мячом и двумя тэгами касается линии аута или чего-либо, или кого-либо на или за линией аута, мяч выходит из игры, и назначается розыгрыш мяча в пользу команды, которая не владела мячом или не коснулась последней мяча перед его выходом в аут. Этот розыгрыш мяча выполняется в пяти метрах (5м) от линии аута для создания необходимого пространства.

8.2. Если мяч или игрок с мячом и двумя тэгами касается углового флажка, линии аута зачётной зоны или линии мёртвого мяча, или земли за этим линиями, мяч становится мёртвым. Если было такое касание, то розыгрыш мяча назначается команде, невиновной в нарушении. Розыгрыш мяча производится в центре линии пяти метров (5м) от зачетной линии.

8.3. Если тэг был сорван в поле ДО выхода в аут игрока с мячом и игрок вышел в аут с одним тэгом, то действует правило захвата: «3 секунды, 3 метра». Игрок с мячом не может бежать в ауте с целью получения преимущества.

### **Правило 9 Преимущество**

9.1. Если не стоит вопрос безопасности, правило преимущества должно применяться судьей всегда, когда это возможно для того, чтобы позволить игре продолжиться.

9.2. Правило преимущества означает следующее. Если произошло нарушение, то перед тем, как дать свисток и немедленно остановить игру, судья дает игре продолжиться, если команда, невиновная в нарушении, получает терри-

ториальное преимущество. Судья должен сообщить об этом игрокам голосом, выкрикнув «ИГРАЕМ ПРЕИМУЩЕСТВО» или «ПРЕИМУЩЕСТВО КРАСНЫХ» (например), и жестом подать сигнал судьи для обозначения преимущества (вытянутая рука на уровне груди, указывающая в направлении невиновной команды). Однако, если невиновная команда фактически не получает преимущества, судье следует дать свисток и вернуть игру назад к месту первоначального нарушения и назначить розыгрыш мяча для невиновной команды.

9.3. При определении, было ли получено преимущество невиновной командой, судья должен руководствоваться положением: была ли пройдена невиновной командой линия преимущества предыдущего розыгрыша или место нарушения.

Иными словами, если невиновная команда прошла линию преимущества, то считается, что преимущество получено и закончилось. Игра продолжается.

### **Правило 10 Что запрещено**

10.1. Контакт — запрещен любой контакт между игроками, хватание за экипировку игроков. Оба — атакующий и защищающийся игроки — несут ответственность за избегание контакта друг с другом в любое время. Единственный «контакт», который допускается между игроками, — это срывание ленты/тэга с пояса игрока с мячом.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.2. Удары ногой по мячу — в детском тэг-регби не разрешается умышленная «игра ногой» (удары ногой по мячу, остановка мяча ногой), кроме легкого удара стопой во время розыгрыша мяча.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.3. «Ручки» — нельзя ни касаться руками, ни отталкиваться от туловища, рук или лица защитника, ни отмахиваться от руки защищающегося игрока для предотвращения срывания им ленты/тэга. Это включает использование атакующим игроком мяча или локтей для препятствования или блокировки им срыва тэга защитником.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.4. Падения — нельзя «нырять» для совершения попытки, падать для избегания срыва ленты/тэга или для завладения мячом, который упал на землю. Вместо этого игроки должны оставаться на своих ногах все время, когда они играют мячом. Это же правило - «не падать!» - относится и к защитникам, которым запрещено прыгать и падать для того, чтобы сорвать ленту/тэг.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.5. Прыжки и вращения вокруг своей оси (не крутиться/не прыгать) — игроку с мячом не разрешается умышленно вращать свое тело вокруг в виде пируэта или подпрыгивать для избегания быть захваченным защищающимся игроком.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.6. Умышленно врезаться в защищающихся игроков — для безопасности атакующим игрокам и защищающимся игрокам следует избегать контакта друг с другом в любое время.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.7. Нельзя вырывать (тянуть) мяч, и нельзя выбивать мяч из рук игрока с мячом — в любое время.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.8. Нельзя ни одному игроку принимать участие в игре без обеих, надлежаще прикрепленных по бокам, лент/тэгов.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.9. Нельзя нести мяч в одной руке — Игрок с мячом должен держать мяч в двух руках, когда он находится ближе трех метров (3м) от защищающихся игроков.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

10.10. Блокировка/«Заслон» — Атакующие игроки не могут умышленно вставать на пути защищающихся игроков, пытающихся совершить «захват», блокируя защитника и ставя «заслон» для своего партнера с мячом. Игрок с мячом не может использовать своего партнера/партнеров, как заслон от защитников. Защищающиеся игроки не могут умышленно препятствовать продвижению игрока с мячом или любому другому атакующему игроку.

**Наказание: Розыгрыш мяча.**

### **Правило 11 Дисциплина**

11.1. От всех игроков, учителей и тренеров-преподавателей будет ожидается соблюдение правил игры и уважение решений официальных лиц и судей. От всех будет ожидается честная игра в соответствии с правилами и духом игры. Однако, в случае не следования этому и/или повторного или умышленного нарушения правил или опасных действий, судьям/официальным лицам турнира следует, по их усмотрению: предупредить, временно удалить жёлтой карточкой, удалить до конца игры или турнира красной карточкой игрока, попросить нарушителя покинуть место проведения турнира. Любой игрок, удалённый постоянно или временно, не может быть заменён. Временно удалённый игрок должен отдать свою ленту/тэг судье и занять позицию за линией аута напротив центральной линии поля на стороне противоположной от своей команды. С этого момента начинается отсчет штрафной минуты. Если нарушитель (игрок, тренер-преподаватель, представитель команды) удалён до конца игры (красная карточка), решение о его дальнейшем участии в турнире принимают официальные лица сразу после окончания матча. Получивший красную карточку автоматически пропускает следующий матч своей команды. Он не может находиться вместе с игроками своей команды во время проведения матчей, от которых он отстранен. Решение о порядке дисквалификации такого нарушителя принимает судейская коллегия турнира. В случае невыполнения решения судейской коллегии организаторы вправе снять с участия в турнире команду такого нарушителя с присуждением этой команде 0 турнирных очков. Участие этой команды в дальнейших турнирах, фестивалях и соревнованиях рассматривается отдельно.

11.2. От учителей/тренеров-преподавателей, менеджеров команд, капитанов и родителей ожидается быть примером и поощрять своих игроков играть

по правилам, уважать и принимать решения судьи и показывать доброе соперничество в любое время.

## **Раздел Г. Правила поведения**

Правила поведения — Как мы должны себя вести?

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.

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

5 Помогайте создавать атмосферу удовольствия, в которой проходят игры.

6 Не подшучивайте и не кричите на игроков, которые «менее способные» или совершают ошибки.

7 Цените усилия, не результат.

8 Приложите все усердие для исключения любого словесного или физического оскорбления из игры.

9 Наслаждайтесь игрой в тэг-регби!

## **УДАЧИ!**



*Учебно-методическое издание*

## **Тэг-регби за 8 часов**

**Практическое пособие для проведения занятий по тэг-регби  
и подготовки команды к соревнованиям**

### **Авторы-составители:**

В. Н. Ковтун, Е. А. Ксенофонтова, С. А. Тагоев

Дизайн, вёрстка: И. И. Теофилактова

Корректор: С. В. Леушина

Издательство ООО «О-Краткое».

610020, г. Киров, Динамовский проезд, д. 2.

Тел./факс: +7(8332) 21-19-17.

E-mail: okrat@okrat.ru

Подписано в печать 19.10.2020.

Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 3,73.

Тираж 10 000 экз. Заказ 0000.

Отпечатано с готового электронного оригинал-макета

в ООО «Кировская областная типография».

610004, Россия, г. Киров, ул. Ленина, 2.