

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Гимназия №227 Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ Гимназия №227 Санкт-Петербурга)

Рассмотрена:  
на заседании МО  
протокол от 27.08.2025 №1

Согласована:  
на заседании МС  
протокол от 27.08.2025 №1

Утверждена:  
Приказ от 29.08.2025 №158

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Подвижные игры»**

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Срок освоения: 1 год

Разработчик:  
Бачерикова Виктория Александровна  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» является частью Образовательной программы «Дополнительная общеразвивающая программа» структурного подразделения Отделения дополнительного образования детей «Арт-трамвай» Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Гимназии № 227 Фрунзенского района Санкт-Петербурга. Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании» в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Положением о структурном подразделении «Отделение дополнительного образования детей «Арт-трамвай»» Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Гимназии №227 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, Уставом ГБОУ Гимназии №227 Санкт-Петербурга, распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Данная программа является модифицированной, классифицируется:

- по уровню освоения программы (общекультурный)
- по направленности (физкультурно-спортивная).

### **Адресат программы**

Группа детей со средними способностями. В объединении занимаются как девочки, так и мальчики. 7-12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятия физической культурой.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Срок реализации программы – 1 год обучения

Продолжительность реализации программы – 144 часа

Режим занятий – 2 раза в неделю по 2 часа

**Цель программы** – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья обучающихся, через занятия подвижными играми.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Задачи:

#### Обучающие:

- обучить детей правилам игр;
- сформировать систему знаний, умений, физических навыков;
- научить упражнениям по развитию физических качеств;
- научить способам самоконтроля.

#### Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, выносливость, силу;
- развивать внимательность и наблюдательность через упражнения по спортивным играм.

#### Воспитательные:

- воспитывать навыки сотрудничества, личной ответственности перед коллективом;
- формировать готовность к физическому саморазвитию и поддержанию собственного здоровья;
- способствовать развитию лидерских качеств;
- воспитывать дисциплинированность, целеустремленность, настойчивость, толерантность.

### Календарно-тематический план

По дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Подвижные игры»

| № п/п | Тема учебного занятия               | Всего часов | Даты проведения занятия |
|-------|-------------------------------------|-------------|-------------------------|
| 1     | Инструктаж по технике безопасности. | 2           | 1 неделя сентября       |
| 2     | Теория и методика подвижных игр     | 2           | 2 неделя сентября       |
| 3     | Игры разных народов мира            | 2           | 2 неделя сентября       |
| 4     | Игры разных народов мира            | 2           | 3 неделя сентября       |
| 5     | Игры разных народов мира            | 2           | 3 неделя сентября       |
| 6     | Игры разных народов мира            | 2           | 4 неделя сентября       |
| 7     | Игры разных народов мира            | 2           | 4 неделя сентября       |
| 8     | Игры разных народов мира            | 2           | 1 неделя октября        |
| 9     | Игры разных народов мира            | 2           | 1 неделя октября        |
| 10    | Игры разных народов мира            | 2           | 2 неделя октября        |
| 11    | Игры разных народов мира            | 2           | 2 неделя октября        |
| 12    | Игры разных народов мира            | 2           | 3 неделя октября        |
| 13    | Игры разных народов мира            | 2           | 3 неделя октября        |
| 14    | Игры разных народов мира            | 2           | 4 неделя октября        |
| 15    | Игры разных народов мира            | 2           | 4 неделя октября        |
| 16    | Игры разных народов мира            | 2           | 2 неделя ноября         |
| 17    | Игры разных народов мира            | 2           | 2 неделя ноября         |
| 18    | Игры с предметами и без             | 2           | 3 неделя ноября         |
| 19    | Игры с предметами и без             | 2           | 3 неделя ноября         |
| 20    | Игры с предметами и без             | 2           | 4 неделя ноября         |
| 21    | Игры с предметами и без             | 2           | 4 неделя ноября         |
| 22    | Игры с предметами и без             | 2           | 5 неделя ноября         |
| 23    | Игры с предметами и без             | 2           | 5 неделя ноября         |
| 24    | Игры с предметами и без             | 2           | 1 неделя декабря        |

|       |                                      |          |                  |
|-------|--------------------------------------|----------|------------------|
| 25    | Игры с предметами и без              | 2        | 1 неделя декабря |
| 26    | Игры с предметами и без              | 2        | 2 неделя декабря |
| 27    | Игры с предметами и без              | 2        | 2 неделя декабря |
| 28    | Игры с предметами и без              | 2        | 3 неделя декабря |
| 29    | Игры с предметами и без              | 2        | 3 неделя декабря |
| 30    | Игры с предметами и без              | 2        | 4 неделя декабря |
| 31    | Игры с предметами и без              | 2        | 4 неделя декабря |
| 32    | Игры с предметами и без              | 2        | 2 неделя января  |
| 33    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя января  |
| 34    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя января  |
| 35    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя января  |
| 36    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя января  |
| 37    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 5 неделя января  |
| 38    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя февраля |
| 39    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя февраля |
| 40    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 2 неделя февраля |
| 41    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 2 неделя февраля |
| 42    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя февраля |
| 43    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя февраля |
| 44    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя февраля |
| 45    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя февраля |
| 46    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя марта   |
| 47    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя марта   |
| 48    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 2 неделя марта   |
| 49    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 2 неделя марта   |
| 50    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя марта   |
| 51    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 3 неделя марта   |
| 52    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя марта   |
| 53    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 4 неделя марта   |
| 54    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя апреля  |
| 55    | Подготавливающие игры к видам спорта | 2        | 1 неделя апреля  |
| 56    | Эстафеты                             | 2        | 2 неделя апреля  |
| 57    | Эстафеты                             | 2        | 2 неделя апреля  |
| 58    | Эстафеты                             | 2        | 3 неделя апреля  |
| 59    | Эстафеты                             | 2        | 3 неделя апреля  |
| 60    | Эстафеты                             | 2        | 4 неделя апреля  |
| 61    | Эстафеты                             | 2        | 4 неделя апреля  |
| 62    | Эстафеты                             | 2        | 5 неделя апреля  |
| 63    | Эстафеты                             | 2        | 5 неделя апреля  |
| 64    | Эстафеты                             | 2        | 1 неделя мая     |
| 65    | Эстафеты                             | 2        | 2 неделя мая     |
| 66    | Эстафеты                             | 2        | 2 неделя мая     |
| 67    | Эстафеты                             | 2        | 3 неделя мая     |
| 68    | Эстафеты                             | 2        | 3 неделя мая     |
| 69    | Эстафеты                             | 2        | 4 неделя мая     |
| 70    | Эстафеты                             | 2        | 4 неделя мая     |
| 71    | Эстафеты                             | 2        | 5 неделя мая     |
| 72    | Эстафеты                             | 2        | 5 неделя мая     |
| Итого |                                      | 144 часа |                  |

## Содержание программы

### Вводное занятие

**Теория.** Цели и задачи на предстоящий учебный год. Расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в классе, в зале.

Весь материал распределяется по разделам.

*Русские народные игры* включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны; «Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Вороны и воробьи», «Кот идет», «Пчелы и медведи», «Совушка», «Волк и овцы», «Третий лишний», «Салки», «Ловишки с приседаниями», «Гори, гори ясно!», «Краски», «Ляпка», «Охотники и зайцы», «Фанты».

*Подвижные игры.* Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к играм. «Мышеловка», «Пустое место», «Совушка», «Карусель», «Карлики и великаны», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цыплята», «Блуждающий мяч», «Аисты», «Филин и пташки», «Пчелки и ласточки», «Северный и южный ветер», «Колдунчики», «Хитрая лиса», «Собери урожай», «Овощи», «Фрукты и овощи», «Бездомный заяц», «Пчелы и медвежата», «Лиса и куры», «Охотники и утки».

*Эстафеты.* Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

В раздел входят следующие эстафеты: «Принеси мяч», «Кто быстрее?», «К своим флажкам», «Паровозик», «Встречная», «Вызов номеров», эстафета со скакалкой, эстафета с обручем, эстафета «зверей», «Быстрые и ловкие», эстафета с мячом, «Бег с препятствиями», эстафета с передачей палочки.

*Игры народов России.* Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе: «Юрта», «Медный пень», «Ищем палочку», «Выбей из круга», «Подними платок», «Катание мяча», «Серый волк», «Сокол и лиса», «Рыбки», «Чиж», «Прятки», «Мяч», «Невод», «Водяной», «Серый заяц», «Стрельба в мишень», «Борьба», «Котел», «Круговой», «Борьба за флажки», «Льдинки, ветер и мороз».

### Планируемые результаты

Личностные УУД:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов.

Метапредметные УУД:

*Познавательные:*

- осознавать поставленную задачу;
- понимать информацию, устанавливая причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы.

*Регулятивные:*

- принимать и сохранять поставленную задачу;
- планировать (в сотрудничестве с учителем и одноклассниками или самостоятельно) необходимые действия, операции, действовать по плану;
- адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления.

*Коммуникативные:*

- вступать в диалог с учителем, одноклассниками, участвовать в общей беседе, соблюдая правила этикета;
- задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- осуществлять совместную деятельность в командах с учётом конкретных учебнопознавательных задач.

*Предметные УУД:*

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.

### Оценочные материалы

**Возможные формы выявления, фиксации и предъявления результатов:**

- спектр способов и форм выявления результатов: беседа, опрос, наблюдение, просмотр на занятиях, праздничные мероприятия, зачеты, конкурсы, соревнования;
- спектр способов и форм фиксации результатов: грамоты, дипломы, готовые работы (видеоклипы),
- спектр способов и форм предъявления результатов: конкурсы, фестивали, праздники, концерты, соревнования.

| <b>Вид мониторинга</b> | <b>Формы проведения мониторинга</b>   | <b>Сроки проведения мониторинга</b>                    |
|------------------------|---|--|
| Входящий               | Мониторинг сформированности универсальных учебных действий (УУД) на начало учебного года: наблюдение, самоконтроль и т.д. | Сентябрь текущего учебного года.                       |
| Текущий                | Наблюдение, самоконтроль, коллективный анализ работ.  | В процессе обучения, в том числе и по изучаемым темам. |
| Промежуточный          | Мониторинг сформированности УУД в процессе обучения: устный опрос.  | Декабрь текущего учебного года.                        |
| Итоговый               | Мониторинг сформированности УУД на конец учебного года.   | Май текущего учебного года.                            |

**Объектами мониторинга могут являться:**

- знания, умения, навыки по изучаемому предмету, курсу, модулю;
- универсальные учебные действия;
- уровень и качество изготавливаемых изделий, мероприятий и т.д.;
- мастерство, культура и техника исполнения танцевальных номеров;
- степень самостоятельности и уровень творческих способностей.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:** опрос, контрольное занятие, зачет, самостоятельная работа, открытое занятие для родителей, соревнование, фестивали, игра - испытание, самоанализ, взаимозачет.

При обучении в дистанционном формате используются те же приемы подведения итогов.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы или ее частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий ведется учет и осуществляется хранение результатов образовательного процесса и внутренний документооборот на бумажном носителе и/или в электронно-цифровой форме в соответствии с требованиями действующего законодательства.

### **Учебно-методический комплекс**

#### **Нормативная база**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» разработана согласно требованиям следующих документов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008. «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017г. №617-р);
- Трудового кодекса РФ;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты № 613н от 08.09.2013г. «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты № 170н от 29.04. 2013 г. «Об утверждении методических рекомендаций и разработке профессионального стандарта»;
- Разработка и применение профессионального стандарта (словарно-справочное пособие).
- Распоряжения Правительства РФ № 487р от 31.03.14 г. об утверждении комплексного плана мероприятий по разработке профессиональных стандартов, их независимой профессионально-общественной экспертизе и применению на 2014-2016 гг.

#### **Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса;**

- повтор на принципах подражания;
- сравнение;
- комментирование;

- инструктирование;
- корректирование;
- исправление ошибок и закрепление материала;
- объяснения, комментарии, указания в процессе разучивания и исполнения;
- обобщение.

Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, массовая, индивидуальная). Разнообразные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса, учащихся к обучению. Широко применяются коллективная, групповая, индивидуальная, фронтальная и парная форма организации учебной деятельности, а также нетрадиционные формы занятий:

- занятие – соревнование;
- конкурсы;
- праздники;
- видео занятия;
- занятие взаимообучения учащихся;
- занятие-зачёт;
- занятие- игра.

#### **Дидактический материал**

- видеоматериалы;
- иллюстративный материал (фотографии);
- литература для обучающихся (журналы, книги и др.)
- плакаты.

#### **Подборки сервисов и инструментов**

- VK - Российская социальная сеть;
- Classtime - сервис для создания опросов;
- Kahoot или Quizizz — викторины;
- Canva - это инструмент, помогающий без долгой подготовки и профессиональных навыков решать задачи по созданию различных визуальных материалов.

## ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001.
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.
3. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2001.
4. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.
5. Детская лечебная физическая культура: учебно-методическое пособие / Пягай Л.П. / ТГПИ им. Д.И. Менделеева. - Тобольск, 2003.
6. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
7. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
8. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
9. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А. «Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г