

## **«ДЕТСКИЙ САД № 98»**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМОНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ИНН 2465327813\КПП 246501001\БИК 040407001\ОГРН 1192468036199

660060, г. Красноярск, ул. П. Подзолкова, зд.14  
E-mail: [dou98@mailkrsk.ru](mailto:dou98@mailkrsk.ru). Т.217-88-36, 217-88-46

660135, г. Красноярск, ул. Молокова, д. 64Д  
E-mail: [dou98@mailkrsk.ru](mailto:dou98@mailkrsk.ru). Т.273-65-50.

Принята на  
педагогическом совете  
МАДОУ № 98  
протокол № 1 от «31» августа 2025г.

Утверждаю:  
приказ № 25 от «31» августа 2025г.  
заведующий МАДОУ № 98  
Р.В. Керимова

Согласовано:  
председатель Родительского  
комитета МАДОУ № 98  
протокол № 1 от «31» августа 2025г.

### **Дополнительная образовательная программа «Юный олимпиец» для детей старшего дошкольного возраста**

Уровень программы: *ознакомительный*  
Срок реализации программы: *1 год*  
Возрастная категория: *5-7 лет*  
Форма обучения: *очная*  
Вид программы: *дополнительная авторская*  
Программа реализуется: *на платной основе*

Автор:  
Прихожая Анна Владимировна,  
инструктор по физической культуре  
МАДОУ №98

г. Красноярск, 2025 г.

## **Нормативно-правовая документация**

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 01.07.2025) <Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р> (вместе с "Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года")
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 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»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 28);
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 15 апреля 2019 г. №170 «Об утверждении методики расчёта показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки РФ;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, автор-составитель Рыбалёва И.А., канд. пед. наук, руководитель РМЦ Краснодарского края, 2020г.

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

**Актуальность программы:** Программа «Юный олимпиец» отвечает современным запросам на гармоничное развитие ребенка, сочетающее физическое здоровье, интеллектуальный рост и социальную адаптацию. Интеграция трех различных направлений – командной спортивной игры (футбол), интеллектуального вида спорта (шашки) и индивидуального скоростного соревнования (беговел) – обеспечивает комплексное развитие физических качеств (ловкость, координация, скорость), стратегического мышления, волевых качеств и умения переключаться между различными видами деятельности. Подготовка к соревнованиям формирует у детей важнейшие компетенции: умение ставить цели, работать в команде, достойно принимать победы и поражения.

**Отличительные особенности программы:** Программа является уникальной, так как представляет собой спортивно-интеллектуальное многоборье для дошкольников. Она построена по модульному принципу, где в рамках одного занятия или учебной недели дети последовательно осваивают разные дисциплины, что поддерживает высокий уровень мотивации и предотвращает переутомление. Акцент делается на игровой соревновательной практике с самого начала обучения, что позволяет детям естественным образом адаптироваться к условиям турниров.

**Адресат программы:** Дети 5-7 лет, имеющие основную медицинскую группу здоровья.

**Срок реализации:** 2 года (первый год – для детей 5-6 лет, второй год – для детей 6-7 лет).

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 30 минут. Общее количество часов в год: 72 часа.

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цель программы: Комплексное физическое и интеллектуальное развитие детей старшего дошкольного возраста, формирование базовых навыков и соревновательного опыта в футболе, шашках и беговеле для успешного участия в детских турнирах и спартакиадах.

Задачи:

Обучающие:

Сформировать базовые технические навыки в футболе (ведение, остановка, передача, удар по воротам).

Обучить правилам русских шашек, основным тактическим приемам и комбинациям.

Обучить технике безопасного старта, разгона, маневрирования и торможения на беговеле.

Изучить основные правила соревнований по каждому виду и этику спортивного поведения.

**Развивающие:**

Развивать физические качества: скоростно-силовые способности, общую выносливость, ловкость, координацию, гибкость.

Развивать когнитивные способности: логическое и пространственное мышление, память, внимание, умение прогнозировать и принимать решения.

Развивать психомоторные связи и чувство равновесия.

**Воспитательные:**

Воспитывать командный дух, взаимовыручку и уважение к сопернику.

Формировать волевые качества: целеустремленность, настойчивость, самообладание, стрессоустойчивость.

Прививать интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни.

Воспитывать организованность и дисциплину.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

Программа состоит из трех сквозных содержательных модулей, которые реализуются параллельно в течение учебного года.

### **Модуль 1: «Ловкий мяч» (Футбольная подготовка).**

- **Теория:** Знакомство с футболом. Правила мини-футбола для дошкольников. Экипировка. Понятие «команда», «соперник», «судья».
- **Практика:**
  - Общеразвивающие и специальные упражнения (бег, прыжки, ОРУ с мячом).
  - Техника владения мячом: ведение внутренней и внешней частью подъема, остановка мяча подошвой, простые передачи.
  - Удары по воротам с места.
  - Подвижные игры с элементами футбола («Гонка мячей», «Охотники и утки»).
  - Учебные двусторонние игры (3 на 3, 4 на 4) по упрощенным правилам.

### **Модуль 2: «Умная доска» (Шашечная подготовка).**

- **Теория:** История шашек. Доска, шашки. Основные правила: ходы простой и дамки, взятие, правило «бить обязательно». Цель игры.
- **Практика:**
  - Дидактические игры на освоение доски («Часики», «Морской бой»).
  - Решение простых комбинаций на 1-2 хода.
  - Освоение элементарных тактических приемов («вилка», «связка»).
  - Учебные партии с педагогом и между детьми.
  - Турниры по «круговой системе» или «олимпийской системе» внутри группы.

### Модуль 3: «Скоростное колесо» (Подготовка на беговеле).

- **Теория:** Изучение устройства беговела. Правила безопасности: обязательное использование шлема, наколенников, налокотников. Правила старта и финиша.
- **Практика:**
  - Упражнения на равновесие и отталкивание.
  - Техника эффективного старта и разгон
    - Прохождение прямой и змейки.
  - Торможение ногами и (при наличии) ручным тормозом.
  - Скоростные эстафеты и заезды на время.
  - Прохождение простейшей трассы с элементами рельефа.

### Структура учебного года (пример на 1 год обучения):

- **I четверть (сентябрь-октябрь):** Адаптационно-ознакомительный этап. Освоение базовых элементов всех трех видов. Внутригрупповые мини-соревнования.
- **II четверть (ноябрь-декабрь):** Углубленное обучение. Акцент на отработку техники. Подготовка к зимним турнирам (шашки, эстафеты в зале).
- **III четверть (январь-март):** Соревновательный этап. Участие в внутриучрежденческих соревнованиях по всем дисциплинам. Работа над тактикой.
- **IV четверть (апрель-май):** Контрольно-обобщающий этап. Итоговые соревнования «Малые Олимпийские игры». Анализ результатов.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу первого года обучения (5-6 лет) ребенок будет:

Знать/понимать:

Основные правила подвижной игры в футбол, русских шашек, соревнований на беговеле.

Правила безопасного поведения на тренировках.

Уметь:

В футболе: выполнять ведение мяча по прямой, останавливать катящийся мяч, бить по воротам с 3-4 метров.

В шашках: правильно расставлять шашки, ходить, бить, определять простую дамку, видеть возможность побить шашку соперника.

На беговеле: уверенно стартовать, держать равновесие, проезжать по прямой и широкой змейке, тормозить.

Владеть (иметь сформировано):

Навыками работы в паре и малой группе.

Базовым уровнем координации и скоростных качеств.

Умением концентрировать внимание на задании в течение 15-20 минут.

К концу второго года обучения (6-7 лет) ребенок будет:

Знать/понимать:

Тактические основы (командные взаимодействия в футболе, ключевые комбинации в шашках, техника прохождения поворотов на беговеле).

Основные положения правил соревнований.

Уметь:

В футболе: выполнять точную передачу партнеру на 5-7 метров, играть в позиции, участвовать в учебных играх.

В шашках: решать комбинации из 2-3 ходов, проводить простые окончания, участвовать в турнире с записью результата.

На беговеле: уверенно преодолевать трассу с несколькими поворотами и слабым рельефом, показывать стабильный результат на время.

Владеть (иметь сформировано):

Опытом участия в официальных соревнованиях различного уровня.

Устойчивой мотивацией к спортивным занятиям.

Навыками самоорганизации и дисциплины.

## **КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

- **Начало учебного года:** 15 сентября.
- **Окончание учебного года:** 25 мая.
- **Количество учебных недель:** 32.
- **Периодичность занятий:** 2 раза в неделю.
- **Продолжительность занятия:** 15-20 минут.
- **Общее количество часов в год:** 32 часа.
- **Форма проведения:** очная, в помещении кабинета для песочной терапии/творчества.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Материально-технические условия:**

- **Помещение:**
  - Спортивный зал (для футбола и ОФП).
  - Учебный кабинет со столами для занятий шашками.
  - Открытая асфальтированная или специализированная площадка для беговела (безопасная, огороженная).
- **Оборудование и инвентарь:**
  - **Футбол:** мячи футбольные (размер №3, №4), мини-ворота, конусы, фишки, тренировочные жилеты.
  - **Шашки:** демонстрационная шашечная доска, комплекты шашек (на каждого ребенка), шахматные часы (для 2 года обучения).
  - **Беговел:** беговелы (подходящие по росту, рекомендуемое наличие собственного), защитная экипировка (шлем, наколенники, налокотники – обязательно), стартовые стойки, разметочные конусы.
  - Аптечка первой помощи.

**Кадровые условия:** Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования (инструктор по физической культуре), имеющий

знания и навыки в области методик обучения дошкольников футболу, шашкам и организации занятий на беговеле. Желательна привлечение судьи-инструктора по шашкам для проведения турниров.

### 4.2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

#### Основные формы контроля:

1. **Стартовый контроль (сентябрь):** Оценка исходного уровня физической подготовленности (челночный бег, прыжок в длину с места) и знакомство с правилами шашек в форме беседы.
2. **Текущий контроль:** Наблюдение за освоением техники, участие в учебных играх и мини-соревнованиях. Ведение индивидуальной карты участника.
3. **Промежуточная аттестация (декабрь, март):** Контрольные нормативы или участие в квалификационных внутренних турнирах по каждому модулю.
4. **Итоговая аттестация (май):** Участие в комплексных соревнованиях «Малые Олимпийские игры» (личный и командный зачет). Анализ динамики индивидуальных достижений.

#### Оценочные материалы (пример):

- **Карта индивидуальных достижений воспитанника.**
- **Протоколы контрольных испытаний** (например, «Челночный бег 3x10 м», «Точность передачи мяча», «Время прохождения трассы на беговеле»).
- **Таблицы результатов турниров** по шашкам.
- **Лист наблюдения за соревновательной деятельностью** (оценка тактического поведения, волевых качеств).

### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

#### Основные формы контроля:

**Стартовый контроль (сентябрь):** Оценка исходного уровня физической подготовленности (челночный бег, прыжок в длину с места) и знакомство с правилами шашек в форме беседы.

**Текущий контроль:** Наблюдение за освоением техники, участие в учебных играх и мини-соревнованиях. Ведение индивидуальной карты участника.

**Промежуточная аттестация (декабрь, март):** Контрольные нормативы или участие в квалификационных внутренних турнирах по каждому модулю.

**Итоговая аттестация (май):** Участие в комплексных соревнованиях «Малые Олимпийские игры» (личный и командный зачет). Анализ динамики индивидуальных достижений.

#### Оценочные материалы (пример):

Карта индивидуальных достижений воспитанника.

Протоколы контрольных испытаний (например, «Челночный бег 3x10 м», «Точность передачи мяча», «Время прохождения трассы на беговеле»).

Таблицы результатов турниров по шашкам.

Лист наблюдения за соревновательной деятельностью (оценка тактического поведения, волевых качеств).

## **РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ**

Рабочая программа педагога включает

Годовой календарно-тематический план для 1 и 2 года обучения

План-конспекты занятий

Сценарии спортивных праздников и положений о внутренних соревнованиях.

Дидактические материалы (карточки с шашечными задачами, схемы расстановок)

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Для педагога:**

1. Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка».
2. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду».
3. Горбачев В.Г. «Шашки для детей».
4. Методические рекомендации Федерации шашек России для начинающих.
5. Горский В.А. и др. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование».
6. Ресурсы: Федерации футбола, шашек, ассоциаций беговельного спорта России.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 98"**, Керимова Рузана Вагифовна,  
Заведующий

12.01.26 14:42 (MSK)

Сертификат 0AAE4900BF34C9644EBA0ED5A687B2B0