

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
– «Центр развития ребёнка – детский сад «Колокольчик»  
п. Хандыга Томпонского района

# ОРЛЁНОК - СПОРТСМЕН



## ОТ ИДЕИ К ПРАКТИКЕ

Автор – составитель:  
Подымахина Раиса Эдуардовна,  
воспитатель

п. Хандыга, 2026 г.

## 1. Введение

Проект «Орлята — дошколята», реализуемый в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и движения «Орлята России», обладает высокой степенью актуальности для современной системы дошкольного образования. Его значимость обусловлена рядом ключевых социальных, педагогических и психологических факторов:

### 1. Социально-педагогическая значимость

- **Преимственность поколений и системный подход.** Проект создаёт единую образовательную траекторию «детский сад — школа». Знакомство с символикой, традициями и ценностями движения «Орлята России» на этапе дошкольного детства обеспечивает плавный и безболезненный переход ребёнка в начальную школу, где это движение является частью обязательной внеурочной деятельности. Ребёнок приходит в первый класс не с нулевыми знаниями, а уже будучи частью большого и значимого сообщества.
- **Формирование гражданской идентичности.** В раннем возрасте закладываются основы патриотизма. Проект знакомит детей с историей своей страны, её символами, достижениями в спорте и науке через понятные и интересные для дошкольников формы: игры, сказки, праздники. Это способствует воспитанию чувства гордости за свою Родину.
- **Ранняя профориентация.** Через знакомство с различными профессиями (врач, спасатель, строитель, спортсмен) в игровой форме у детей расширяется кругозор и формируется уважительное отношение к труду.

### 2. Психолого-педагогическая значимость

- **Гармоничное развитие личности.** Проект построен на принципе всестороннего развития. Он затрагивает не только физическое воспитание (спортивные эстафеты, игры), но и интеллектуальное (познавательные беседы), социальное-коммуникативное (работа в команде, взаимопомощь) и художественно-эстетическое (рисование, творчество) развитие.
- **Воспитание ключевых личностных качеств.** Участие в жизни отряда «Орлят» целенаправленно формирует у детей такие качества, как ответственность, дружба, уважение к старшим и друг к другу. Дети учатся ставить общие цели и достигать их совместными усилиями.
- **Адаптация к коллективной деятельности.** Проект помогает детям научиться жить по правилам, подчинять свои сиюминутные желания интересам группы, что является важнейшим социальным навыком для успешной учёбы в школе.

### 3. Актуальность в контексте современных вызовов

**Приобщение к здоровому образу жизни (ЗОЖ).** В эпоху цифровизации и гиподинамии проблема сохранения физического здоровья детей стоит как никогда остро. Проект «Орлята — дошколята» делает физическую активность увлекательной игрой, формируя у ребёнка устойчивую потребность в движении и позитивное отношение к спорту с самого раннего возраста. стать которыми могут дети, родители и их наставники.

- **Профилактика информационной перегрузки.** Проект предлагает содержательную альтернативу пассивному потреблению контента с экранов гаджетов. Он наполняет жизнь ребёнка живым общением, реальными эмоциями и физической активностью.

Таким образом, актуальность проекта «Орлята — дошколята» заключается в его комплексном подходе к воспитанию современного ребёнка. Он отвечает на запрос общества на формирование не просто здорового, но и социально активного, ответственного и патриотически настроенного гражданина, начиная с самых ранних этапов его развития.

## **2. Цели, задачи, планируемые результаты**

Выбор трека «Орлёнок — спортсмен» для реализации в дошкольном образовательном учреждении является глубоко обоснованным и стратегически верным решением. Этот выбор продиктован не только актуальностью темы, но и возможностью комплексно решить ряд педагогических задач, актуальных именно для современного поколения дошкольников.

Вот ключевые причины, почему я выбрала именно этот трек.

### **1. Решение проблемы гиподинамии и формирование культуры здоровья**

Современный ребёнок часто ведёт малоподвижный образ жизни, что негативно сказывается на его физическом развитии. Трек «Орлёнок — спортсмен» — это не просто набор упражнений, а системная работа по формированию у детей осознанной потребности в движении.

**Цель:** не просто «побегать и попрыгать», а заложить фундамент понимания, что спорт и физическая активность — это залог здоровья, бодрости и хорошего настроения.

**Результат:** ребёнок с раннего возраста усваивает, что заботиться о своём теле — это норма и необходимость, а не скучная обязанность.

### **2. Гармоничное развитие личности через спорт**

Спорт — это идеальная среда для воспитания не только физических, но и морально-волевых качеств. В рамках этого трека мы можем целенаправленно работать над:

**Дисциплиной и волей:** ребёнок учится прилагать усилия для достижения цели (добежать первым, забросить мяч в кольцо).

**Командным духом:** через эстафеты и игровые виды спорта дети учатся взаимодействовать, помогать друг другу и радоваться общим победам.

**Уважением к сопернику:** формируются основы честной игры и умение достойно принимать как победы, так и поражения.

### **3. Высокая познавательная и мотивационная ценность**

Трек «Орлёнок — спортсмен» позволяет интегрировать все образовательные области. Это не изолированное физическое занятие, а целый мир для исследования:

**Познание:** мы знакомимся с историей Олимпийских игр, разнообразием видов спорта, строением человеческого тела.

**Коммуникация:** дети обсуждают правила игр, договариваются в командах, учатся слушать инструктора.

**Творчество:** рисуем символику олимпиад, лепим спортивный инвентарь, придумываем новые подвижные игры.

Это делает проект увлекательным и интересным для детей, поддерживая их познавательную активность.

### **4. Создание основы для успешной социализации**

Спортивная деятельность — это модель социальных отношений. Работая в этом треке, дети учатся:

- соблюдать правила;
- подчинять личные интересы командным;
- проявлять лидерские качества или быть надёжным исполнителем;
- конструктивно разрешать конфликты на игровой площадке.

Эти навыки являются ключевыми для успешной адаптации к школе и жизни в обществе.

## 5. Укрепление связи с семьёй

Тема спорта и здоровья легко находит отклик у родителей. Проект позволяет организовать совместные мероприятия («Папа, мама, я — спортивная семья»), консультации по ЗОЖ и привлечь родителей к активному участию в жизни детского сада, что укрепляет детско-родительские отношения.

Таким образом, выбор трека «Орлёнок — спортсмен» обусловлен его комплексным воздействием на развитие ребёнка. Это возможность воспитать не просто сильного и ловкого, но и здорового, дисциплинированного, социально активного и счастливого человека, готового к новым свершениям.

По завершении реализации трека «Орлёнок — спортсмен» ожидается достижение комплекса результатов, отражающих изменения в знаниях, умениях и личностных качествах детей старшего дошкольного возраста. Результаты можно разделить на три ключевые группы.

### 1. Личностные результаты (формирование качеств и установок)

Эти результаты отражают развитие внутреннего мира ребёнка, его мотивов и ценностей.

**Формирование основ здорового образа жизни:** ребёнок понимает, что здоровье — это главная ценность, и проявляет желание заботиться о нём (делать зарядку, соблюдать гигиену, гулять на свежем воздухе).

**Развитие интереса к физической культуре и спорту:** у воспитанника появляется устойчивый интерес к спортивным играм, эстафетам и соревнованиям. Он с удовольствием участвует в физкультурных мероприятиях.

**Воспитание волевых качеств:** дети демонстрируют целеустремлённость, настойчивость в преодолении трудностей (например, при разучивании сложного упражнения) и умение доводить начатое дело до конца.

**Формирование основ спортивного поведения:** ребёнок усваивает правила честной игры, учится уважать товарищей по команде и соперников, адекватно реагировать на победу и поражение.

**Повышение самооценки и уверенности в себе:** успешное выполнение физических упражнений и участие в играх придают ребёнку уверенность в собственных силах.

### 2. Метапредметные результаты (интеграция знаний и умений)

Эти результаты показывают способность ребёнка применять полученные знания в различных ситуациях.

**Расширение кругозора:** дети знают и называют 3–5 видов спорта (например, футбол, плавание, гимнастика, лыжи) и соответствующие им спортивные снаряды (мяч, обруч, лыжи).

**Наличие элементарных представлений об истории спорта:** воспитанники знакомы с символами Олимпийских игр (кольца, огонь) и понимают идею честного соревнования.

**Понимание основ безопасности:** дети знают элементарные правила безопасного поведения во время подвижных игр и спортивных упражнений (не толкаться, соблюдать дистанцию).

**Развитие навыков командного взаимодействия:** ребёнок умеет действовать согласованно с другими участниками команды для достижения общей цели, понимает свою роль в коллективной деятельности.

### 3. Предметные результаты (конкретные знания и умения)

Эти результаты отражают овладение конкретными навыками в рамках образовательной области «Физическое развитие».

**Физические умения:**

- улучшение показателей основных физических качеств: ловкости, быстроты реакции, координации движений, равновесия;
- умение выполнять базовые элементы спортивных игр: ведение мяча (в упрощённой форме), передача мяча партнёру двумя руками от груди, метание мяча в горизонтальную цель;
- способность участвовать в построенных эстафетах, соблюдая правила и последовательность действий.

**Знания о своём теле:**

- ребёнок имеет представление о важности правильной осанки и называет 2–3 органа (сердце, лёгкие), для которых полезны физические упражнения;
- знает и выполняет базовые правила личной гигиены, связанные с физической активностью (мыть руки после занятий, пользоваться своим полотенцем).

Совокупность этих результатов свидетельствует о гармоничном развитии ребёнка и успешном достижении цели трека «Орлёнок — спортсмен».

### 3.Реализация проекта

Данная программа рассчитана на воспитанников 5–7 лет, без специального отбора, что позволяет каждому ребёнку попробовать себя в спорте и командной деятельности. Сам проект является долгосрочным и продолжается до момента поступления детей в школу, охватывая весь период дошкольного образования. Подготовительный этап с 02.03.2026 по 20.03.2026г. Основной этап с 23.03.2026г.

**Целевая аудитория:** дети старшего дошкольного возраста (5–7 лет), воспитатели, инструктор по физической культуре, родители.

#### Символ направления

Герой СПОРТик — весёлый и активный персонаж, который помогает детям знакомиться с миром спорта и здоровья.

**Главный принцип участия в реализации программы – все** делать вместе, сообща и делать для других! Вместе радости и удачи, вместе активное действие и увлекательное приключение!

#### Содержание и формы работы

Направление	Содержание	Формы работы
Физкультурно-оздоровительное	Формирование у детей устойчивого интереса к физической культуре, укрепление здоровья и развитие двигательной активности через игру.	Утренняя зарядка, беседы, викторины
Познавательное	Формирование первичных знаний о спорте, его видах, истории и значении для здоровья человека, а также воспитание культуры здоровья и основ безопасности.	Тематические беседы, просмотр наглядных материалов, дидактические игры,

Игровое	Закрепление и совершенствование двигательных навыков, формирование умения действовать по правилам, развитие коммуникативных способностей и воспитание интереса к спортивной деятельности в увлекательной и эмоционально привлекательной форме	Сюжетно – ролевые, дидактические, подвижные игры
Работа с родителями	Сделать родителей активными союзниками в воспитании здоровых, сильных и гармонично развитых детей.	Консультации, совместные спортивные мероприятия, выставки

## Основные направления реализации трека

### 1. Физкультурно - оздоровительное

Это ключевое направление трека, которое реализуется через систему ежедневных мероприятий и является основой для укрепления здоровья и физического развития детей.

Физкультурно-оздоровительное направление включает в себя:

- систему утренней и бодрящей гимнастики: ежедневные комплексы упражнений для пробуждения организма и подготовки к дню, использование комплексов упражнений под музыку, имитационных движений (зверобика).;
- физкультурные занятия: 2–3 раза в неделю, направленные на обучение основным видам движений и развитие физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость), проведение тематических занятий («Путешествие на Олимпийские игры», «Юные гимнасты» и тд);
- подвижные игры и спортивные упражнения: на прогулках и в помещении для развития координации и командного взаимодействия (баскетбол, футбол, бадминтон в адаптированном виде), эстафет, соревнований;
- день здоровья и спортивные праздники для закрепления навыков и повышения интереса к спорту: проведение «Малых Олимпийских игр», «Веселых стартов» с участием родителей;
- закаливающие процедуры: ходьба по массажным коврикам, дыхательная гимнастика, полоскание горла после еды.

### 2. Познавательное

Это направление расширяет кругозор детей, формирует у них осознанное отношение к спорту и здоровью через интеллектуальную деятельность.

Познавательное направление реализуется через:

- тематические беседы: «Что такое спорт?», «История Олимпийских игр», «Спортивный инвентарь», «Правила личной гигиены»;
- чтение художественной литературы: знакомство с произведениями о спорте, смелости и дружбе (стихи А. Барто, рассказы Л. Толстого);
- просмотр презентаций и видеоматериалов: наглядное знакомство с разнообразием видов спорта (зимние, летние) и достижениями спортсменов;
- дидактические игры: «Собери спортсмена», «Полезно — вредно», «Угадай вид спорта по инвентарю»;
- проектную деятельность: создание альбомов, макетов спортивных объектов (стадион, бассейн).

### **3. Игровое**

Это ведущее направление для дошкольников, так как именно через игру происходит наиболее эффективное усвоение знаний, умений и социальных норм.

Игровое направление реализуется через:

- сюжетно-ролевые игры: «Мы — спортсмены», «Спортивный магазин», «Стадион», «Путешествие на Олимпиаду», где дети распределяют роли (спортсмен, тренер, судья) и моделируют спортивные ситуации;
- подвижные игры и игровые упражнения: эстафеты, игры с элементами спортивных игр (футбол, баскетбол, хоккей в адаптированном виде), направленные на развитие ловкости, скорости и командного взаимодействия;
- дидактические игры: «Собери спортивную сумку», «Что нужно для этого вида спорта?», «Полезно — вредно» для закрепления знаний об инвентаре и здоровом образе жизни;
- игры на развитие психофизических качеств: игры на внимание, координацию движений и ориентацию в пространстве.

### **3. Работа с родителями**

Взаимодействие с родителями является неотъемлемой и важнейшей частью реализации трека «Орлёнок — спортсмен». Успех формирования у детей ценностей здорового образа жизни напрямую зависит от единства требований детского сада и семьи. Работа строится по нескольким ключевым направлениям.

#### **Основные формы работы:**

##### **1. Информационно-просветительское направление**

Цель: повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического воспитания и здоровья детей.

- Родительские собрания: тематические собрания, например, «Роль семьи в формировании здорового образа жизни», «Как привить ребёнку любовь к спорту?».
- Консультации и семинары-практикумы: индивидуальные и групповые консультации по темам «Подбор спортивной обуви и одежды для ребёнка», «Закаливание в домашних условиях». Проведение мастер-классов, где родители вместе с детьми выполняют простые спортивные комплексы.

- Оформление информационных стендов и папок-передвижек: размещение наглядных материалов: «Спортивная минутка дома», «Азбука здоровья», «Олимпийская азбука для малышей», «Игры, которые можно устроить дома».

- Использование цифровых ресурсов: создание чатов в мессенджерах для оперативного информирования, рассылка полезных ссылок на спортивные комплексы, рекомендации по фильмам и мультфильмам о спорте.

## 2. Совместная деятельность (практическое вовлечение)

Цель: укрепление детско-родительских отношений через совместную физическую активность.

- Совместные спортивные праздники и досуги: организация мероприятий с участием родителей: «Папа, мама, я — спортивная семья», «Весёлые старты», «Малые Олимпийские игры». Это создаёт положительный эмоциональный фон и показывает детям пример родителей.

- Участие родителей в проектной деятельности: привлечение родителей к созданию макетов спортивных объектов, изготовлению атрибутов для игр и эстафет, оформлению выставок творческих работ на спортивную тематику.

- «Дни здоровья»: проведение дней, когда родители могут присутствовать на утренней гимнастике или физкультурном занятии, чтобы увидеть методы работы и повторить их дома.

## 3. Вовлечение в образовательный процесс

Цель: создание единого образовательного пространства «семья — детский сад».

- Домашние задания: предложение простых и интересных заданий для совместного выполнения: разучить новую подвижную игру, составить комплекс утренней зарядки, провести «День без гаджетов».

- Проект «Спортивное генеалогическое древо»: предложение семьям рассказать о спортивных достижениях своих родственников (мам, пап, бабушек, дедушек), что воспитывает гордость за свою семью и интерес к спорту.

- Взаимодействие по индивидуальным особенностям ребёнка: обсуждение с родителями успехов и трудностей ребёнка в физической активности, разработка совместных рекомендаций для его развития.

- В рамках программы ранней профориентации в детском саду с привлечением родителей прошло занятие. Родители активно выступили в роли наставников и тренеров для юных спортсменов.

Мама одного из воспитанников: Лукашевич Людмила Игоревна (учитель физкультуры), провела для детей увлекательную и полезную зарядку по гимнастике. Дети разучили базовые упражнения на гибкость и координацию, зарядись энергией и отличным настроением.





Папа одной из воспитанниц: Сыромятников Юрий Юрьевич (мастер спорта по вольной борьбе) устроил настоящий мастер-класс «Знакомство с вольной борьбой». Он в доступной и безопасной форме познакомил ребят с основами мужественного вида спорта, рассказал о важности силы, выносливости и уважения к сопернику.





Эффективная работа с родителями превращает их из пассивных наблюдателей в активных участников образовательного процесса, что гарантирует стабильность и закрепление полученных детьми знаний и навыков в условиях семьи.

#### 4. Примерный календарно-тематический план по треку «Орлёнок — спортсмен» для детей старшей группы (5–6 лет)

Месяц	Тема недели/блока	Цель и задачи	Основные формы работы и виды деятельности
Март	«Юные легкоатлеты»Лёгкая атлетика.	Развитие быстроты, выносливости и прыгучести. Закрепление навыков бега и прыжков в длину с места.	Беседа о лёгкой атлетике. Проведение прыжков в длину с места (соревнование на самого прыгучего). Эстафеты с бегом на скорость.
Апрель	«Весенняя разминка»	Пробудить интерес к физической активности, развить координацию и внимание. Научить детей выполнять простые упражнения на координацию, формировать умение слушать команды, развивать чувство ритма.	Утренняя гимнастика, подвижные игры, эстафеты. Разминка под музыку, игры «Делай как я», эстафеты с мячами и обручами.
Май	«Малые Олимпийские игры»Итоговое мероприятие.	Закрепление полученных знаний и умений. Создание атмосферы праздника, воспитание чувства товарищества и взаимопомощи. Проведение итогового спортивного развлечения с участием родителей.	Подготовка к празднику (разучивание командных девизов). Проведение итогового спортивного досуга «Весёлые старты» или «Малые

			Олимпийские игры». Награждение всех участников медалями и грамотами.
<b>Июнь</b>	<b>«Здравствуй, лето!»</b>	Формирование интереса к физической культуре и здоровому образу жизни. Познакомить с правилами безопасности на спортивной площадке, вызвать интерес к занятиям спортом.	Утренняя гимнастика, подвижные игры, беседы о спорте, экскурсии на спортивную площадку.
<b>Июль</b>	<b>«Мяч — наш друг»</b>	Развитие навыков обращения с мячом. Учить бросать, ловить, катать мяч; развивать глазомер и координацию.	Игры с мячом (футбол, баскетбол, волейбол для малышей), эстафеты с мячом.
<b>Август</b>	<b>«Праздник физкультурника»</b>	Продемонстрировать достижения детей. Показать командную работу, умение выступать перед зрителями.	Торжественное открытие, показательные выступления, награждение участников.
<b>Сентябрь</b>	<b>«Я — будущий чемпион!»</b> Введение в тему.	Знакомство с понятием «спорт», формирование интереса к физической культуре. Воспитание желания быть сильным, ловким и здоровым.	Беседа «Что такое спорт?». Утренняя гимнастика «Мы — спортсмены». Сюжетно-ролевая игра «Спортивный магазин». Д/и «Кому что нужно для работы?».
<b>Октябрь</b>	<b>«Путешествие в страну Здоровья»</b>	Формирование представлений о здоровье	Беседа «Мой режим дня».

	ЗОЖ.	как главной ценности. Закрепление знаний о режиме дня и гигиене.	Чтение К. Чуковского «Мойдодыр». Д/и «Полезно — вредно». Утренняя гимнастика с использованием массажных ковриков.
<b>Ноябрь</b>	<b>«Олимпийские знания»</b> История спорта.	Знакомство с историей Олимпийских игр, их символикой (флаг, огонь, кольца). Воспитание уважения к традициям и достижениям спортсменов.	Просмотр презентации «Олимпийские игры». Беседа о видах спорта. Творческая деятельность: рисование «Символ Олимпиады». Подвижная игра «Передай олимпийский огонь».
<b>Декабрь</b>	<b>«Зимние забавы»</b> Спорт зимой.	Знакомство с зимними видами спорта (лыжи, коньки, хоккей). Развитие координации движений в условиях спортивного зала.	Беседа «Спорт зимой». Упражнения на равновесие («Ходьба по канату»). Эстафета «Прокати снежный ком». Сюжетная игра «На катке».
<b>Январь</b>	<b>«Юные гимнасты»</b> Гимнастика и акробатика.	Развитие гибкости, пластичности и координации движений. Обучение базовым акробатическим элементам (кувырок вперед).	Просмотр видеофрагмента выступления гимнастов. Разучивание комплекса

			упражнений под музыку. Игра-имитация «Зверобика».
<b>Февраль</b>	<b>«Юные футболисты»</b> Командные игры с мячом.	Знакомство с правилами игры в футбол (в упрощённой форме). Развитие глазомера, точности движений и умения играть в команде.	Беседа о футболе. Упражнения с мячом (ведение, остановка, передача). Эстафеты с мячами. Подвижная игра «Попади в ворота».

**Для детей подготовительной к школе группы (6–7 лет)**

<b>Месяц</b>	<b>Тема недели/блока</b>	<b>Цель и задачи</b>	<b>Основные формы работы и виды деятельности</b>
<b>Март</b>	<b>«Юные легкоатлеты»</b> Совершенствование навыков.	Совершенствовать технику бега на скорость и прыжков в длину с разбега. Развивать скоростно-силовые качества.	Соревнования по прыжкам в длину с места и с разбега. Эстафеты с бегом на короткие дистанции. Игра «Вызов номеров» (на внимание и реакцию).
<b>Апрель</b>	<b>«Юные туристы»</b> Спортивное ориентирование.	Развивать умение ориентироваться в пространстве, работать с картой-схемой (планом). Формировать навыки взаимопомощи в походных условиях.	Игра «Найди клад по карте-схеме участка». Упражнения на развитие равновесия (ходьба по скамье). Беседа о правилах поведения в лесу/парке.
<b>Май</b>	<b>«Большие Олимпийские игры»</b> Итоговый проект.	Закрепление всех полученных знаний, умений и навыков в соревновательной деятельности.	Проведение итогового спортивного праздника «Весёлые старты» или «Малые Олимпийские игры» с участием

		Воспитание командного духа, воли к победе и умения достойно проигрывать.	родителей. Награждение участников символическими медалями и грамотами за личные достижения (самый быстрый, самый ловкий).
<b>Июнь</b>	<b>«Весёлые старты»</b>	Развитие ловкости, скорости и координации. Обучить основам бега и прыжков, воспитать командный дух.	Эстафеты, беговые упражнения, прыжки в длину и высоту, игры на внимание.
<b>Июль</b>	<b>«Мяч — наш друг»</b>	Освоение базовых навыков работы с мячом. Развивать глазомер, координацию, ловкость; учить передавать, ловить и вести мяч; формировать интерес к игровым видам спорта.	Утренняя зарядка с мячами, игровые тренировки, эстафеты с мячом, упражнения с разными мячами (футбольный, баскетбольный), эстафеты «Передай мяч», игры «Съедобное-несъедобное», творческие задания (лепка из пластилина «Мой мяч»).
<b>Август</b>	<b>«До свидания, лето!»</b>	Подведение итогов смены, закрепление положительного отношения к спорту. Оценить достижения детей, организовать праздник спорта.	Итоговые соревнования, награждение участников, творческие выставки, совместное оформление стенгазеты.
<b>Сентябрь</b>	<b>«Азбука спорта»</b> Обобщение знаний.	Систематизировать представления детей о видах спорта, спортивном инвентаре. Формировать умение классифицировать и обобщать.	Беседа-диалог «Какие виды спорта мы знаем?». Дидактическая игра «Четвёртый лишний». Творческая мастерская «Спортивный инвентарь из бросового материала».
<b>Октябрь</b>	<b>«Будущие защитники»</b>	Воспитывать патриотизм, уважение к	Беседа о Дне защитника Отечества. Подвижные

	Военно-прикладные виды спорта.	защитникам Отечества. Знакомить с элементами спортивных игр, развивающих силу и выносливость.	игры-эстафеты «Переправа», «Меткий стрелок». Упражнения на развитие силы (лазание по гимнастической стенке).
<b>Ноябрь</b>	<b>«Олимпийское движение»</b> История и современность.	Углубить знания об истории Олимпийских игр, их символике и принципах («Быстрее, выше, сильнее»). Формировать чувство гордости за достижения отечественных спортсменов.	Просмотр презентации «Олимпийская история». Чтение рассказов о чемпионах. Творческая деятельность: лепка или аппликация «Олимпийский мишка».
<b>Декабрь</b>	<b>«Зимняя олимпиада»</b> Зимние виды спорта.	Закреплять знания о зимних видах спорта (биатлон, хоккей, фигурное катание). Развивать координацию и равновесие.	Беседа «Спорт на снегу и льду». Имитационные упражнения «Мы — лыжники», «Фигуристы». Эстафета «Хоккеисты» (ведение шайбы-крышки клюшкой).
<b>Январь</b>	<b>«Секреты олимпийского здоровья»</b> Основы ЗОЖ.	Формировать осознанное отношение к своему здоровью. Закреплять знания о режиме дня, правильном питании и пользе закаливания.	Беседа-дискуссия «Что вредно, а что полезно?». Составление коллажа «Карта здоровья». Проведение опыта «Зачем мыть руки?».
<b>Февраль</b>	<b>«Юные баскетболисты»</b> Игры с мячом.	Обучать технике ведения и передачи мяча двумя руками от груди. Развивать глазомер, точность движений и командное взаимодействие.	Показ техники ведения мяча. Упражнения в парах (передача мяча). Подвижная игра «Мяч капитану». Эстафета с ведением мяча «Змейкой».

## 5. Заключение

Подводя итоги реализации программы по треку «Орлёнок — спортсмен», можно с уверенностью утверждать, что данный проект является эффективным инструментом всестороннего развития личности дошкольника в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО).

В ходе работы по программе успешно решены поставленные задачи: у воспитанников сформированы начальные представления о спорте, здоровом образе жизни и основах безопасности. У детей видна положительная динамика в развитии физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), овладели основными видами движений и научились применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Не менее важным результатом является воспитание социально значимых личностных качеств. В процессе участия в эстафетах, спортивных праздниках и подвижных играх у детей сформировались навыки командного взаимодействия, воля к победе, уважение к товарищам и соперникам, а также основы здорового соперничества.

Программа «Орлёнок — спортсмен» доказала свою значимость как комплексная система, интегрирующая физическое, познавательное и социально-коммуникативное развитие. Она заложила прочный фундамент для успешной социализации детей, их подготовки к обучению в школе и формирования осознанного отношения к своему здоровью. Таким образом, данный трек является ценным и перспективным компонентом воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.





















