

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА РУБЦОВСКА АЛТАЙСКОГО КРАЯ
МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАНЦИЯ ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ»

Рассмотрена и
рекомендована к утверждению
Педагогическим советом
МБУ ДО «Станция туризма и
экскурсий»
Протокол № 1
«30» 08 2023 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Гимназия № 11»
Шуткова Л.С. Шуткова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2023-2024 учебный год
по **ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ**
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
(ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ)
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ЮНЫЕ СКАЛОЛАЗЫ»
для объединений
«Юные скалолазы»
«туристско-краеведческой» направленности

Возраст обучающихся – 7-11 лет
Срок реализации – 1 год
Автор – составитель:
Иванова Наталья Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Рубцовск
2023

Содержание

№ п/п	Основные разделы программы	№ страницы
1	Паспорт программы	3
2	Пояснительная записка	5
3	Календарно-тематический план	9
4	Воспитательная работа	24
5	Календарный учебный график	29
6	Учебно-методическое обеспечение	31
7	Список литературы	35
8	Приложение	38

Паспорт программы

Полное наименование	Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительная общеразвивающей программе) «Юные скалолазы»
Руководитель	Иванова Наталья Викторовна, педагог дополнительного образования
География реализации	МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий», г. Рубцовск, Алтайский край
Адресат программы	Обучающиеся 7-11 лет
Срок реализации	1 год
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Вид программы	Модифицированная
Цель программы	создание условий для формирования у обучающихся предметных/непредметных способностей, личностных качеств через занятие спортивным скалолазанием
Ожидаемые результаты	<p>Личностные У обучающихся будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, к природе, как основным ценностям в жизни человека; - любовь к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям; - первоначальные туристские умения и навыки. <p>Предметные Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять правила поведения на занятиях по скалолазанию; - рассказывать об истории возникновения скалолазания; - понимать значение физических упражнений для здоровья человека; - называть правила ведения ЗОЖ; - называть основные физические качества человека; - определять подбор одежды и инвентаря для соревнований и походов; - самостоятельно выполнять первоначальные действия в природе, в быту, в экстремальных условиях. <p>Метапредметные Регулятивные Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы учителем;

	<ul style="list-style-type: none">- следовать на занятиях инструкциям учителя;- вносить коррективы в свою работу. <p>Познавательные</p> <p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none">- понимать и различать технику лазанья;- понимать правила соревнований по скалолазанию;- различать понятия «Здоровье человека», «физическая культура и скалолазание», «физические упражнения», «скалолаз», «альпинист» «учебно-тренировочные сборы»;- определять влияние занятий физическими упражнениями и скалолазание на здоровье человека. <p>Коммуникативные</p> <p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none">- отвечать на вопросы и задавать вопросы;- выслушивать друг друга;- рассказывать об истории возникновения скалолазания, о личной гигиене, закаливании, режиме дня младших школьников.
--	---

Пояснительная записка

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. Рабочая программа по внеурочной деятельности составлена в соответствии с новыми стандартами.

Скалолазание - вид спорта, который заключается в лазании по естественному или искусственному рельефу. Этот спорт возник из альпинизма, и является одной из его техник. Однако, цель скалолазания - не достижение горных вершин, а сам процесс преодоления препятствий.

Скалолазание - уникальный вид спорта, сочетающий в себе физические нагрузки и развитие логического мышления. Также скалолазание развивает личностные качества воспитанников, учит настойчивости, целеустремлённости, собранности, взаимопониманию

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа внеурочной деятельности по туристско-краеведческой направленности «Юные скалолазы» для учащихся 1-4 классов разработана на основе:

- программы «Скалолазание» для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ, утвержденной Федеральным агентством по ФК и спорту от 19.06.06 г. и рекомендованной кафедрой теории и методики прикладных и экстремальных видов спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма и общероссийской ассоциацией горных гидов, спасателей и промышленных альпинистов.

- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. (2012г.), допущенной Министерством образования и науки РФ. Срок реализации: 1 год. Количество часов – 36.

В данной программе учебные занятия направлены на получение детьми базовых навыков скалолазания, на психическое, интеллектуальное и физическое развитие детей, на укрепление их здоровья на приобщение детей к общекультурным ценностям и культурным ценностям, которые формируются в обществе в обществе людей, занимающихся скалолазанием.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей программе) «Юные скалолазы» реализуется в МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий» и адресована для работы с учащимися в учреждении дополнительного образования, где каждый может на практике отработать свои умения и навыки.

Программа «Юные скалолазы» предназначена на раскрытие индивидуальных физических особенностей обучающихся, укрепление здоровья, развитие их познавательных, коммуникативных способностей средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей программе) «Юные скалолазы» имеет «туристско-краеведческую» **направленность**. Программа предусматривает приобретение навыков скалолазания на искусственном рельефе (скалодроме): обучение техники страховки, скалолазания, и приобретение обучающимися необходимых знаний, умений.

Актуальность программы обусловлена общественной потребностью в организации полезного досуга. Игровая и тренировочная деятельность в рамках программы оказывают комплексное и всестороннее воздействие, на организм занимающихся, развивают основные физические качества – быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Желание детей и подростков заниматься скалолазанием позволяет использовать данный вид спорта не только как средство физического развития, но и как важнейший фактор воспитательного воздействия. Каждый скалолаз, выполняя индивидуальные задания, проявляет свои личные качества: ответственность, собранность, самостоятельность. Работа в паре воспитывает чувства дружбы, товарищества, а также уважение к партнёрам и соперникам.

Цель - создание условий для формирования у обучающихся предметных/непредметных способностей, личностных качеств через занятие спортивным скалолазанием.

Задачи

Образовательные:

- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- обучать правильному выполнению упражнений;
- обучать распределению и переключению внимания.

Развивающие:

- способствовать укреплению здоровья;
- развивать необходимые физические качества (силу, ловкость, быстроту);
- создавать благоприятные условия для личностного развития через приобщение к занятиям физкультурно-спортивной направленности;
- способствовать развитию познавательных способностей через влияние скалолазания на психические процессы, задействованные во время лазания;
- способствовать развитию морально-волевых и физических качеств, координации, силовой выносливости.

Воспитательные:

- способствовать развитию мотивации к здоровому образу жизни;
- воспитывать чувство ответственности за себя;
- восполнение дефицита общения и двигательной активности;
- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, целеустремленность;

- воспитать взаимопомощь, трудолюбие.

Обучающиеся по программе

Программа адресована детям в возрасте от 7-11 лет. В течение учебного года ввиду выбытия ребенка по различным причинам из состава обучающихся группа может быть доукомплектована.

Набор детей – свободный, приём детей осуществляется на добровольных началах по письменному заявлению родителей.

Возраст обучающихся -7-11 лет.

Количество обучающихся -10-15 человек.

Форма обучения – очная.

Форма занятий - групповая.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий: занятия для обучающихся 7-11 лет проводятся 1 раз в неделю по 1 часу, 36 часов в год. Продолжительность занятия 40 минут.

Ожидаемые результаты

В процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы (дополнительной общеразвивающей программы) «Юные скалолазы» объединения «Юный скалолаз» у обучающихся предполагается сформировать (или закрепить) следующие **результаты и универсальные учебные действия:**

Личностные

У обучающихся будут сформированы:

- положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, к природе, как основным ценностям в жизни человека;
- любовь к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;
- первоначальные туристские умения и навыки.

Предметные

Учащиеся научатся:

- выполнять правила поведения на занятиях по скалолазанию;
- рассказывать об истории возникновения скалолазания;
- понимать значение физических упражнений для здоровья человека;
- называть правила ведения ЗОЖ;
- называть основные физические качества человека;
- определять подбор одежды и инвентаря для соревнований и походов;
- самостоятельно выполнять первоначальные действия в природе, в быту, в экстремальных условиях.

Метапредметные

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы учителем;

- следовать на занятиях инструкциям учителя;
- вносить коррективы в свою работу.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- понимать и различать технику лазанья;
- понимать правила соревнований по скалолазанию;
- различать понятия «Здоровье человека», «физическая культура и скалолазание», «физические упражнения», «скалолаз», «альпинист» «учебно-тренировочные сборы»;
- определять влияние занятий физическими упражнениями и скалолазание на здоровье человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- отвечать на вопросы и задавать вопросы;
- выслушивать друг друга;
- рассказывать об истории возникновения скалолазания, о личной гигиене, закаливании, режиме дня младших школьников.

Способы определения результативности

- наблюдение за детьми, беседы индивидуальные и групповые, а также беседы с родителями.
- формирование навыка слушателя: ответы на вопросы по скалолазанию.
- взаимодействие в коллективе: игры, наблюдение, беседы с родителями.

Результативность отслеживается с учетом специфики учебного курса (дисциплины)

- наблюдение;
- игровые программы;
- итоговые занятия;

Осуществление мониторинга происходит при воздействии всех субъектов образовательной деятельности (педагогов, обучающихся, родителей данного объединения.)

Формы подведения итогов реализации программы

Промежуточная аттестация программой не предусмотрена. Для обучающихся предусмотрен контроль усвоения программного содержания по итогам учебного года в форме устной проверки. Контроль успеваемости осуществляется на основании Положения об организации и проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий». Устная проверка обучающихся предполагает ответ на один или несколько вопросов в форме беседы, результаты которой заносятся в Протокол оценки уровня личностного развития обучающихся.

Критерии оценки:

- уровень сформированности знаний и умений по предмету;
- уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль);
- уровень сформированности поведенческих качеств (коммуникация, активность, социализация).

**Календарно-тематический план
1 группа**

п/п	Дата	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации/ контроля
				теория	практика	
1.	04.09.2023	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа, тестирование
2.	11.09.2023	Скалолазание, как вид спорта.	1	1	-	Беседа, тестирование
3.	18.09.2023	Гимнастическая страховка. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Беседа, тестирование
4.	25.09.2023	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.	1	1	-	Беседа, тестирование
5.	02.10.2023	Личная гигиена занимающихся скалолазанием.	1	1	-	Беседа, опрос
6.	09.10.2023	Виды лазания.	1	-	1	Практическое задание
7.	16.10.2023	Подвижные игры и эстафеты.	1	-	1	Игра Практическое задание
8.	23.10.2023	Упражнения для развития выносливости	1	-	1	Практическое задание
9.	30.10.2023	Техническая	1	-	1	Практическое

		подготовка				задание
10.	06.11.2023	Различные приемы техники лазания	1	-	1	Практическое задание, опрос
11.	13.11.2023	Нижняя и верхняя страховка	1	-	1	Практическое задание
12.	20.11.2023	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос, тестирование
13.	27.11.2023	Правила соревнований	1	-	1	Практическое задание
14.	04.12.2023	Гимнастические упражнения	1	-	1	Практическое задание
15.	11.12.2023	Упражнения для развития силы	1	-	1	Практическое задание
16.	18.12.2024	Основы и элементы техники выполнения упражнения	1	-	1	Практическое задание
17.	25.12.2024	Тактическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
18.	15.01.2024	Основы медицинских знаний, закаливание	1	-	1	Практическое задание, опрос
19.	22.01.2024	Спортивные игры	1	-	1	Игры, практическое задание
20.	29.01.2024	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Практическое задание
21.	05.02.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
22.	12.02.2024	Взаимосвязь техники и тактики при обучении	1	-	1	Практическое задание

		скалолазанию				
23.	19.02.2024	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос
24.	26.02.2024	Легкая атлетика	1	-	1	Практическое задание
25.	04.03.2024	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	Практическое задание
26.	11.03.2024	Упражнения на развитие силы отдельных мышечных групп	1	-	1	Практическое задание
27.	18.03.2024	Индивидуальные особенности спортивной техники, связанные с анатомическим строением спортсмена	1	-	1	Практическое задание
28.	25.03.2024	Упражнения для ног	1	-	1	Практическое задание
29.	01.04.2024	Характеристика лазания	1	-	1	Практическое задание
30.	08.04.2024	Упражнения на развитие равновесия	1	-	1	Практическое задание
31.	15.04.2024	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Практическое задание
32.	22.04.2024	Упражнения для пояса верхних конечностей	1	-	1	Практическое задание
33.	29.04.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
34.	06.05.2024	Упражнения на развитие быстроты	1	-	1	Практическое задание
35.	13.05.2024	Принципы тактической	1	-	1	Практическое

		ПОДГОТОВКИ				задание
36.	20.05.2024	Итоговое занятие	1	-	1	Практическое задание, сдача зачета
		Итого:	36	5	31	

Календарно-тематический план 2 группа

п/п	Дата	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации/ контроля
				теория	практика	
1.	05.09.2023	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа, тестирование
2.	12.09.2023	Скалолазание, как вид спорта.	1	1	-	Беседа, тестирование
3.	19.09.2023	Гимнастическая страховка. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Беседа, тестирование
4.	26.09.2023	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.	1	1	-	Беседа, тестирование
5.	03.10.2023	Личная гигиена занимающихся скалолазанием.	1	1	-	Беседа, опрос
6.	10.10.2023	Виды лазания.	1	-	1	Практическое задание
7.	17.10.2023	Подвижные игры и эстафеты.	1	-	1	Игра Практическое задание
8.	24.10.2023	Упражнения для развития	1	-	1	Практическое задание

		ВЫНОСЛИВОСТИ				
9.	31.10.2023	Техническая подготовка	1	-	1	Практическое задание
10.	07.11.2023	Различные приемы техники лазания	1	-	1	Практическое задание, опрос
11.	14.11.2023	Нижняя и верхняя страховка	1	-	1	Практическое задание
12.	21.11.2023	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос, тестирование
13.	28.11.2023	Правила соревнований	1	-	1	Практическое задание
14.	05.12.2023	Гимнастические упражнения	1	-	1	Практическое задание
15.	12.12.2023	Упражнения для развития силы	1	-	1	Практическое задание
16.	19.12.2024	Основы и элементы техники выполнения упражнения	1	-	1	Практическое задание
17.	26.12.2024	Тактическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
18.	09.01.2024	Основы медицинских знаний, закаливание	1	-	1	Практическое задание, опрос
19.	16.01.2024	Спортивные игры	1	-	1	Игры, практическое задание
20.	23.01.2024	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Практическое задание
21.	30.01.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание

22.	06.02.2024	Взаимосвязь техники и тактики при обучении скалолазанию	1	-	1	Практическое задание
23.	13.02.2024	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос
24.	20.02.2024	Легкая атлетика	1	-	1	Практическое задание
25.	27.02.2024	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	Практическое задание
26.	05.03.2024	Упражнения на развитие силы отдельных мышечных групп	1	-	1	Практическое задание
27.	12.03.2024	Индивидуальные особенности спортивной техники, связанные с анатомическим строением спортсмена	1	-	1	Практическое задание
28.	19.03.2024	Упражнения для ног	1	-	1	Практическое задание
29.	26.03.2024	Характеристика лазания	1	-	1	Практическое задание
30.	02.04.2024	Упражнения на развитие равновесия	1	-	1	Практическое задание
31.	09.04.2024	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Практическое задание
32.	16.04.2024	Упражнения для пояса верхних конечностей	1	-	1	Практическое задание
33.	23.04.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
34.	07.05.2024	Упражнения на	1	-	1	Практическое

		развитие быстроты				задание
35.	14.05.2023	Принципы тактической подготовки	1	-	1	Практическое задание
36.	21.05.2023	Итоговое занятие	1	-	1	Практическое задание, сдача зачета
		Итого:	36	5	31	

Календарно-тематический план 3 группа

п/п	Дата	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации/ контроля
				теория	практика	
1.	06.09.2023	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа, тестирование
2.	13.09.2023	Скалолазание, как вид спорта.	1	1	-	Беседа, тестирование
3.	20.09.2023	Гимнастическая страховка. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Беседа, тестирование
4.	27.09.2023	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.	1	1	-	Беседа, тестирование
5.	04.10.2023	Личная гигиена занимающихся скалолазанием.	1	1	-	Беседа, опрос
6.	11.10.2023	Виды лазания.	1	-	1	Практическое задание
7.	18.10.2023	Подвижные игры и эстафеты.	1	-	1	Игра Практическое

						задание
8.	25.10.2023	Упражнения для развития выносливости	1	-	1	Практическое задание
9.	01.11.2023	Техническая подготовка	1	-	1	Практическое задание
10.	08.11.2023	Различные приемы техники лазания	1	-	1	Практическое задание, опрос
11.	15.11.2023	Нижняя и верхняя страховка	1	-	1	Практическое задание
12.	22.11.2023	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос, тестирование
13.	29.11.2023	Правила соревнований	1	-	1	Практическое задание
14.	06.12.2023	Гимнастические упражнения	1	-	1	Практическое задание
15.	13.12.2023	Упражнения для развития силы	1	-	1	Практическое задание
16.	20.12.2023	Основы и элементы техники выполнения упражнения	1	-	1	Практическое задание
17.	10.01.2024	Тактическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
18.	17.01.2024	Основы медицинских знаний, закаливание	1	-	1	Практическое задание, опрос
19.	24.01.2024	Спортивные игры	1	-	1	Игры, практическое задание
20.	31.01.2024	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Практическое задание

21.	07.02.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
22.	14.02.2024	Взаимосвязь техники и тактики при обучении скалолазанию	1	-	1	Практическое задание
23.	21.02.2024	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос
24.	28.02.2024	Легкая атлетика	1	-	1	Практическое задание
25.	06.03.2024	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	Практическое задание
26.	13.03.2024	Упражнения на развитие силы отдельных мышечных групп	1	-	1	Практическое задание
27.	20.03.2024	Индивидуальные особенности спортивной техники, связанные с анатомическим строением спортсмена	1	-	1	Практическое задание
28.	27.03.2024	Упражнения для ног	1	-	1	Практическое задание
29.	03.04.2024	Характеристика лазания	1	-	1	Практическое задание
30.	10.04.2024	Упражнения на развитие равновесия	1	-	1	Практическое задание
31.	17.04.2024	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Практическое задание
32.	24.04.2024	Упражнения для пояса верхних конечностей	1	-	1	Практическое задание
33.	08.05.2024	Работа со	1	-	1	Практическое

		снаряжением				задание
34.	15.05.2024	Упражнения на развитие быстроты	1	-	1	Практическое задание
35.	22.05.2024	Принципы тактической подготовки	1	-	1	Практическое задание
36.	29.05.2024	Итоговое занятие	1	-	1	Практическое задание, сдача зачета
		Итого:	36	5	31	

Календарно-тематический план 4,5,6 группы

п/п	Дата	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации/ контроля
				теория	практика	
1.	07.09.2023	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа, тестирование
2.	14.09.2023	Скалолазание, как вид спорта.	1	1	-	Беседа, тестирование
3.	21.09.2023	Гимнастическая страховка. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Беседа, тестирование
4.	28.09.2023	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.	1	1	-	Беседа, тестирование
5.	05.10.2023	Личная гигиена занимающихся скалолазанием.	1	1	-	Беседа, опрос
6.	12.10.2023	Виды лазания.	1	-	1	Практическое задание

7.	19.10.2023	Подвижные игры и эстафеты.	1	-	1	Игра Практическое задание
8.	26.10.2023	Упражнения для развития выносливости	1	-	1	Практическое задание
9.	02.11.2023	Техническая подготовка	1	-	1	Практическое задание
10.	09.11.2023	Различные приемы техники лазания	1	-	1	Практическое задание, опрос
11.	16.11.2023	Нижняя и верхняя страховка	1	-	1	Практическое задание
12.	23.11.2023	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос, тестирование
13.	30.11.2023	Правила соревнований	1	-	1	Практическое задание
14.	07.12.2023	Гимнастические упражнения	1	-	1	Практическое задание
15.	14.12.2023	Упражнения для развития силы	1	-	1	Практическое задание
16.	21.12.2023	Основы и элементы техники выполнения упражнения	1	-	1	Практическое задание
17.	28.12.2023	Тактическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
18.	11.01.2024	Основы медицинских знаний, закаливание	1	-	1	Практическое задание, опрос
19.	18.01.2024	Спортивные игры	1	-	1	Игры, практическое задание

20.	25.01.2024	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Практическое задание
21.	01.02.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
22.	08.02.2024	Взаимосвязь техники и тактики при обучении скалолазанию	1	-	1	Практическое задание
23.	15.02.2024	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос
24.	22.02.2024	Легкая атлетика	1	-	1	Практическое задание
25.	29.02.2024	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	Практическое задание
26.	07.03.2024	Упражнения на развитие силы отдельных мышечных групп	1	-	1	Практическое задание
27.	14.03.2024	Индивидуальные особенности спортивной техники, связанные с анатомическим строением спортсмена	1	-	1	Практическое задание
28.	21.03.2024	Упражнения для ног	1	-	1	Практическое задание
29.	28.03.2024	Характеристика лазания	1	-	1	Практическое задание
30.	04.04.2024	Упражнения на развитие равновесия	1	-	1	Практическое задание
31.	11.04.2024	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Практическое задание
32.	18.04.2024	Упражнения для пояса	1	-	1	Практическое задание

		верхних конечностей				задание
33.	25.04.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
34.	02.05.2024	Упражнения на развитие быстроты	1	-	1	Практическое задание
35.	16.05.2024	Принципы тактической подготовки	1	-	1	Практическое задание
36.	23.05.2024	Итоговое занятие	1	-	1	Практическое задание, сдача зачета
		Итого:	36	5	31	

**Календарно-тематический план
7 группа**

п/п	Дата	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации/контроля
				теория	практика	
1.	08.09.2023	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа, тестирование
2.	15.09.2023	Скалолазание, как вид спорта.	1	1	-	Беседа, тестирование
3.	22.09.2023	Гимнастическая страховка. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Беседа, тестирование
4.	29.09.2023	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.	1	1	-	Беседа, тестирование
5.	06.10.2023	Личная гигиена занимающихся скалолазанием.	1	1	-	Беседа, опрос

6.	13.10.2023	Виды лазания.	1	-	1	Практическое задание
7.	20.10.2023	Подвижные игры и эстафеты.	1	-	1	Игра Практическое задание
8.	27.10.2023	Упражнения для развития выносливости	1	-	1	Практическое задание
9.	03.11.2023	Техническая подготовка	1	-	1	Практическое задание
10.	10.11.2023	Различные приемы техники лазания	1	-	1	Практическое задание, опрос
11.	17.11.2023	Нижняя и верхняя страховка	1	-	1	Практическое задание
12.	24.11.2023	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос, тестирование
13.	01.12.2023	Правила соревнований	1	-	1	Практическое задание
14.	08.12.2023	Гимнастические упражнения	1	-	1	Практическое задание
15.	15.12.2023	Упражнения для развития силы	1	-	1	Практическое задание
16.	22.12.2023	Основы и элементы техники выполнения упражнения	1	-	1	Практическое задание
17.	29.12.2023	Тактическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
18.	12.01.2024	Основы медицинских знаний, закаливание	1	-	1	Практическое задание, опрос
19.	19.01.2024	Спортивные игры	1	-	1	Игры, практическое

						задание
20.	26.01.2024	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Практическое задание
21.	02.02.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
22.	09.02.2024	Взаимосвязь техники и тактики при обучении скалолазанию	1	-	1	Практическое задание
23.	16.02.2024	Правила оказания доврачебной помощи	1	-	1	Практическое задание, опрос
24.	01.03.2024	Легкая атлетика	1	-	1	Практическое задание
25.	15.03.2024	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	Практическое задание
26.	22.03.2024	Упражнения на развитие силы отдельных мышечных групп	1	-	1	Практическое задание
27.	29.03.2024	Индивидуальные особенности спортивной техники, связанные с анатомическим строением спортсмена	1	-	1	Практическое задание
28.	05.04.2024	Упражнения для ног	1	-	1	Практическое задание
29.	12.04.2024	Характеристика лазания	1	-	1	Практическое задание
30.	19.04.2024	Упражнения на развитие равновесия	1	-	1	Практическое задание
31.	26.04.2024	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Практическое задание

32.	03.05.2024	Упражнения для пояса верхних конечностей	1	-	1	Практическое задание
33.	10.05.2024	Работа со снаряжением	1	-	1	Практическое задание
34.	17.05.2024	Упражнения на развитие быстроты	1	-	1	Практическое задание
35.	24.05.2024	Принципы тактической подготовки	1	-	1	Практическое задание
36.	31.05.2024	Итоговое занятие	1	-	1	Практическое задание, сдача зачета
		Итого:	36	5	31	

По окончании обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юные скалолазы» учащиеся будут

- со сформированными навыками здорового образа жизни;
- иметь условия для самовыражения и самореализации, позволяющие им испытать чувство собственной значимости и заслужить одобрение, признание окружающих;
- чувствовать ответственность за коллектив, уважительно, доброжелательно относиться друг к другу;
- успешно адаптированы в социуме, любознательны, инициативны, самостоятельны;
- активны, с хорошо укрепленным физическим здоровьем;
- закалять свой организм, обладать навыками гигиены, физически развиты;
- знать основы скалолазания;
- обладать знаниями об оказании первой доврачебной помощи себе и своим товарищам;
- знать основы самоконтроля и восстановления после нагрузок.

Воспитательная работа

Настоящая Рабочая программа воспитания (далее – Программа) разработана для детей в возрасте от 7 до 11 лет, обучающихся в объединении «Юный скалолаз», с целью организации воспитательной работы с обучающимися. Реализация Программы осуществляется параллельно с выбранной ребенком и (или) его родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося дополнительной

общеобразовательной (общеразвивающей) программой «Юные скалолазы» туристско-краеведческой направленности.

Программа представляет собой базисный минимум воспитательной работы, обязательный для проведения с обучающимися объединения «Юный скалолаз», и может быть дополнена в течение учебного года в зависимости от конкретных образовательных потребностей детей.

Для обучающихся объединения «Юный скалолаз» дошкольного и мл.школьного возраста (7-10 лет):

Цель Программы – личностное развитие обучающихся, проявляющееся

в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало, основываясь на базовых ценностях: семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек.

Целевые приоритеты:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;

- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;

- знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;

- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);

- проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;

- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;

- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;

- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;

- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;

- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Задачи Программы:

- 1) реализовывать воспитательные возможности обще учрежденческих ключевых дел, поддерживать традиции их коллективного планирования, организации, проведения и анализа в групповом сообществе;
- 2) сформировать национальное самосознание, ценностное отношение к личности, обществу, государству, к идеям и ценностям их возрождения и развития;
- 3) создать конкретные условия для проявления гражданственности, патриотизма, достойного выполнения общественного, государственного и воинского долга воспитанниками с учетом их интересов, потребностей в основных сферах человеческой деятельности и общении;
- 4) воспитать уважение к закону и развить социальную ответственность молодых граждан;
- 5) создать содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандистской работы по приобщению обучающихся, их родителей к здоровому образу жизни;
- 6) способствовать формированию отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социальной ценности;
- 7) повышать общий уровень культуры обучающихся;
- 8) способствовать развитию самодисциплины и ориентации на общечеловеческие ценности;
- 9) способствовать выработке умений и навыков по укреплению и сохранению здоровья, безопасному и ответственному поведению;
- 10) организовать работу с семьями обучающихся, их родителями и/или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития детей.
- 11) реализовывать воспитательный потенциал руководства педагогом дополнительного образования вверенного ему объединения, поддерживать активное участие объединений в жизни Учреждения;
- 12) вовлекать обучающихся в активное участие в краевых, окружных, городских культурно-массовых мероприятиях и реализовывать воспитательные возможности этих мероприятий;
- 13) организовывать разноплановую профилактическую работу по безопасности жизнедеятельности с обучающимися объединений.

Процесс воспитания в объединениях «Юный скалолаз» основывается на следующих принципах взаимодействия педагога и обучающихся:

1. Принцип индивидуального подхода предполагает учет индивидуальных запросов, интересов, склонностей, способностей, возможностей, психофизиологических особенностей и социальной среды обучающихся. Дифференцированный подход обеспечивает комфортное состояние каждого ребенка.
2. Принцип преемственности – предполагает культурное взаимодействие и взаимовлияние поколений. Необходимо

активизировать деятельность родителей, всех взрослых на передачу детям социального знания и опыта.

3. Принцип гуманизма, уважения к личности ребенка в сочетании с требовательностью к нему. В соответствии с этим принципом воспитательный процесс строится на доверии, взаимном уважении, авторитете педагога, сотрудничестве, любви, доброжелательности.
4. Принцип опоры на положительное в личности ребенка. В соответствии с этим принципом воспитания при организации воспитательного процесса педагог должен верить в стремление обучающегося быть лучше, и сама воспитательная работа должна поддерживать и развивать это стремление.
5. Принцип воспитания в коллективе и через коллектив. В соответствии с этим принципом воспитание в объединении, в процессе общения должно быть основано на позитивных межличностных отношениях.

Режим занятий по программе включает в себя проведение не менее одного воспитательного мероприятия в месяц.

Формы и виды проводимых воспитательных мероприятий (спортивные состязания, праздники, фестивали, социальные проекты, игры, сборы, конкурсы, соревнования, профориентационные игры: симуляции, деловые игры, квесты и др.) а также методы воспитательной деятельности определены в зависимости от особенностей реализуемой дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Юный скалолаз» в соответствии с возрастными и психофизиологическими особенностями обучающихся.

При выборе и разработке воспитательных мероприятий главным критерием является соответствие тематике и направленности проводимого воспитательного мероприятия основным направлениям и принципам воспитательной работы в учреждении, учет направленности дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Юный скалолаз» по которой организованы занятия обучающихся, а также учет психофизиологических особенностей детей.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы учреждения. Каждое из них представлено в соответствующем модуле: «Работа с родителями», «Учебное занятие (согласно индивидуальным планам рабочей программы по ДООП)»

Основные направления воспитательной работы

Воспитательная работа в объединении «Юный скалолаз» осуществляется по различным направлениям деятельности, позволяющим охватить и развить все аспекты личности обучающихся.

1.Гражданско-патриотическая направленность воспитательной деятельности.

- знакомство обучающихся детей с государственной символикой России (Государственный гимн, герб и флаг России);

- формирование понятий и представлений о родном крае, России, о народах России, природе и национальных достояниях;
- воспитание в детях чувства привязанности к своему дому, своим близким;
- развитие чувств патриотизма, любви к Родине, стремления к миру, уважения к культурному наследию России, ее природе;
- развитие гармонического проявления патриотических чувств и культуры межнационального общения.

2. Культурологическая направленность воспитательной деятельности **Воспитание нравственных чувств и этического сознания.**

- знакомство обучающихся с основными видами учреждений культуры, их особенностями, видами культурной деятельности человека, их приобщение к отечественным и общемировым культурным ценностям;
- развитие чувственного восприятия окружающего мира, чувства видения и понимания красоты человеческой души, эстетических качеств детей;
- воспитание благородства души при ознакомлении с окружающим миром через ощущения гармонии, цвета, форм, звуков, их прекрасных и оригинальных сочетаний;
- обогащение впечатлений обучающихся об этике человеческих взаимоотношений как духовной ценности на основе идеалов Любви, Правды, Добра.

3. Здоровьесберегающая направленность воспитательной деятельности.

- мероприятия, направленные на укрепление и охрану здоровья обучающихся;
- развитие физических качеств – ловкости, быстроты, силы, выносливости, морально-волевых – решительности, смелости;
- социализацию обучающихся путем развития чувств коллективизма и взаимовыручки;
- формирование представлений о культурно-гигиенических навыках и их развитие;
- знакомство с основными правилами здорового образа жизни, формирование потребности и развитие мотивации к ведению здорового образа жизни, формирование устойчивых представлений о пользе и необходимости физического развития;

4. Экологическая направленность воспитательной деятельности.

- формирование у обучающихся сознательного, положительного отношения к окружающей среде, убежденности в необходимости гуманного, бережного отношения к природе как к наивысшей национальной и общечеловеческой ценности;
- расширение знаний обучающихся в области экологии и охраны окружающей среды;
- развитие потребности общения с природой, интереса к познанию ее законов и явлений;

- формирование экологического мировоззрения обучающихся, основанного на естественнонаучных и гуманитарных знаниях, отражающих глубокую убежденность в единстве человека и природы;

5. Духовно-нравственная направленность воспитательной работы.

- формирование гармоничной личности обучающихся, развитие ценностно-смысловой сферы средствами сообщения духовно-нравственных и базовых национальных ценностей;

- развитие нравственных чувств обучающихся - совести, долга, веры, ответственности, уважения, чести, справедливости;

- формирование нравственного облика и нравственной позиции обучающихся;

- расширение интеллектуальных знаний обучающихся в области морали и этики, ознакомление с базовыми этическими, моральными, волевыми принципами;

6. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни.

Календарный учебный график группы №1

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа №1	04.09.2023	20.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

Календарный учебный график группы №2

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа №2	05.09.2023	21.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

Календарный учебный график группы №3

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа №3	06.09.2023	29.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

Календарный учебный график группы № 4,5,6

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа №4,5,6	07.09.2023	23.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

Календарный учебный график группы № 7

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа №7	08.09.2023	31.05.2024	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

Учебно-методическое обеспечение Формы организации занятий

В реализации Программы используются традиционные методы обучения:

- словесные(рассказ, объяснение, беседа, диспут);
- наглядные(демонстрация, показ - схем, чертежей, рисунков, специализированных карт);

- практические(работа с книгой, упражнения, зарисовки, фотографирование, видеосъемка объектов, тренировочные занятия по скалолазанию, физическая и специальная подготовка и др.);

- активные методы обучения. Активные методы обучения за счет высокомотивированной самостоятельной разнообразной деятельности учащихся в процессе занятия обеспечивают максимальную эффективность усвоения учебного материала;

- метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе специальных информационных, демонстрационных программ. В практике работы объединения используются: мультимедийные занятия, поиск и использование справочной информации с применением средств ИКТ и др.; технология развивающего обучения предполагает взаимодействие педагога и учащихся на основе коллективно-распределительной деятельности, поиска различных способов решения учебных задач посредством организации учебного диалога в овладении спортивной деятельностью учащихся;

- технология игрового обучения включает достаточно обширную группу методов и приемов организации образовательного процесса в форме различных педагогических игр. Педагогическая игра обладает существенным признаком – четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы. Игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, выступающих как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности.

На занятиях объединения применяются следующие виды дидактических игр: игры, упражнения, игры-путешествия, игры-соревнования и др.

Игровая ситуация дает возможность подростку осознать себя личностью, стимулирует самоутверждение, самореализацию, делает процесс обучения занимательным;

- технология индивидуального обучения используется как учебно-познавательная деятельность учащихся по выполнению специфических заданий, позволяющая регулировать темп продвижения каждого ребенка сообразно его возможностям.

Наиболее эффективным путем реализации индивидуальной формы организации учебной деятельности на занятии являются дифференцированные индивидуальные задания, которые освобождают учащихся от механической работы и позволяют при меньшей затрате

значительно увеличить объем эффективной самостоятельной работы. Важным является контроль педагога за ходом выполнения заданий, его своевременная помощь в разрешении возникающих у учащихся затруднений. Индивидуальная работа проводится на всех этапах занятия, при решении различных дидактических задач; для усвоения новых знаний и их закрепления, для формирования и закрепления умений и навыков, для обобщения и повторения пройденного, для контроля, для овладения исследовательским методом и т.д.

Реализация вышеперечисленных методов и технологий обучения дополняется методами контроля образовательного процесса, которые позволяют отслеживать результативность реализации Программы.

Формы организации образовательного процесса. Занятия по типу делятся на: теоретические, практические, вводные, комбинированные, диагностические, контрольные, тренировочные, итоговые и др.

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, мини-лекций, семинаров, дискуссий, диспутов, викторин и др.

Практические занятия проводятся в форме тренировок в спортивном зале, на скалодроме, деловых игр, конкурсов, тренингов, встреч с интересными людьми, консультаций, презентаций и т.д. Занятия по программе могут быть аудиторными и внеаудиторными.

Тренировочные занятия являются малыми завершёнными структурными компонентами системы спортивной подготовки. Объединённые в определённую последовательность, тренировки образуют более крупные циклы и этапы подготовки.

Диагностические занятия предполагают измерение уровня сформированности различных качеств обучающихся.

На контрольных занятиях выявляются качество и уровень овладения знаниями и умениями, самоконтроль и коррекция знаний и способов действий.

Комплексное занятие состоит из нескольких частей, подчиненных одной цели. Воспитательный процесс в объединении слагается из системы воспитательных влияний и направлен на создание единой воспитательной среды. Это поддержка традиций объединения, воспитание дружеских отношений между членами коллектива, дисциплины, товарищества и внимательного отношения к младшим, деликатности по отношению к женскому полу. Коллектив объединения становится «школой», где черпаются такие отношения как: справедливость, ответственность, гуманизм, инициативность и честность. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники лазанья. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основными техническими приемами скалолазания. Одновременно дети осваивают основы страховки и безопасного лазания под руководством тренера.

Основные методы, применяемые на данном этапе: игры и игровые упражнения. Занятия строятся на интересе детей со сменой нагрузки каждые 20 минут, не утомляя внимание детей однообразными движениями. Главная задача тренера - отобрать способных детей для дальнейшего совершенствования. Так как в этом возрасте активно развивается ловкость, гибкость и координация, то работу следует строить в этом направлении. В конце года учащиеся выполняют контрольные нормативы. Форма организации образовательной деятельности – очная.

Условия реализации программы

Материально-технические условия:

Для успешной реализации программы имеется в наличии:

- место проведения занятий – спортивный зал;
- занятия на местности проводятся на естественном скальном рельефе;

- материально-техническая база – спортивный инвентарь.

Помещение для проведения занятий по данной программе отвечает действующим санитарным нормам и правилам освещенности, вентиляции, отоплению и пожарной безопасности. Занятия проводятся на исправном оборудовании.

В основе обучения лежат дидактические принципы педагогики: сознательность и активность, наглядность, систематичность, последовательность, доступность.

Спортивное оборудование и инвентарь

Личное:

- беседа страховочная
- усы само страховки
- карабины страховочные
- подъемное устройство «жумар»
- страховочное спусковое устройство «лукошко» или «восьмерка»
- скальные туфли
- мешочек для магнезии
- каска

Специальное:

- тренажер (скалодром)
- зацепы разного размера с болтами
- рельефы скальные (треугольный, шестигранный, овальный)
- веревки (динамическая, статическая)
- веревка вспомогательная (репшнур)
- карабины страховочные
- оттяжки.

Санитарно-гигиеническое обеспечение

Санитарно-гигиеническое обеспечение деятельности по реализации дополнительной общеобразовательной программы (дополнительной общеразвивающей программы) «Юные скалолазы» объединения «Юный скалолаз» регламентируется Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Сохранению и укреплению здоровья обучающихся, предотвращению утомляемости, повышению их работоспособности и результативности продуктивной творческой деятельности способствуют:

- температурный режим;
- проветривание учебного кабинета;
- освещение согласно установленных норм;
- предупреждение утомления обучающихся;
- чередование видов деятельности;
- динамические паузы;
- правильная рабочая поза и осанка обучающихся;
- соответствие мебели росту обучающихся.

Список литературы для педагога

1. Антонович, И.И. Спортивное скалолазание / И.И. Антонович. – М.: ФиС, 1978. – 102 с.
2. Байковский, Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, горный туризм) / Ю.В. Байковский. – М.: Вилад, 1996. – 210 с.
3. Байковский, Ю.В. Особенности формирования и классификация горных неолимпийских видов спорта / Ю.В. Байковский. – М.: Вертикаль, 2005. – 236 с.
4. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005г. Часть 1.- М.: Советский спорт, 2002. – 198 с.
5. Пиратинский, А.Е. Подготовка скалолаза / А.Е.Пиратинский. – М.: ФиС, 1999. – 174 с.
6. Подгорбунских, З.С., Пиратинский, А.Е. Техника спортивного скалолазания / З.С. Подгорбунских, А.Е. Пиратинский. – Екатеринбург, УГТУ – УПИ, 2000. – 219 с.
7. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и методические указания /Под ред. А.Е. Пиратинского. – М.: ФСР, 2002. – 273 с.
8. Спортивное скалолазание- <http://www.rusclimbing.ru>.
9. Федотенкова, Т.П., Федотенков, А.Г., Чистякова, С.Г., Чистяков, С.А. Юные скалолазы/ Авторская программа. – М., 2003.- 48 с.

Список дополнительной литературы для педагога:

1. Вашляева, И. В. Основы методики самостоятельного освоения знаний для занятий физическими упражнениями [Текст]: учебное пособие / И. В. Вашляева, Н. А. Романова, Н. Н. Шуралева; М-во образования и науки. Рос. Федерации, Урал.гос. экон. ун-т. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2017. - 99 с. <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/17/p489282.pdf>
2. Гусева А.А. Вегетативный статус и функциональное состояние сердца юных скалолазов: автореферат дис. ... кандидата медицинских наук: 14.00.09, 14.00.51 / А.А. Гусева; Науч. центр здоровья детей РАМН. - Москва, 2003. - 24с.
3. Давыдова Е. В., Давыдов Е. А. Развитие качества гибкости студентов при подготовке к выполнению нормативов ВФСК "ГТО" [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. – 53с. – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492590.pdf>
4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования/Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 7-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 288с.

5. Колчанова В.П. Совершенствование подготовки начинающих скалолазов 9- 12 лет/В.П. Колчанова; Магистерская диссертация: АФК им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт- Петербург.
- 6.Кризи, М. Скалолазание. Курс тренировок от А до Я / М. Кризи. - М.: Эксмо, 2017.Петербург, 2001. юных скалолазов. – М., 2003. -123с.
7. Кудрявцев И. С., Козловских И. С., Микушин М. В. Методы воспитания скоростно-силовой выносливости у студентов. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2019. - 115 – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492907.pdf>
- 8.Линн, Хилл Скалолазание – моя свобода / Хилл Линн. - М.: Нестор-История, 2017. – 240с.
9. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов: учеб.пособие для СПО / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева. — М.: Издательство Юрайт, 2019; Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та. — 96 с. — (Серия : Профессиональное образование).
10. Муллер А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для прикладного бакалавриата/А.Б.Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко, А.Ю. Близневский, С.К. Рябинина. – М.: Издательство Юрайт 2014. - 424с.
11. Окслейд К. Скалолазание [Текст] / Крис Окслэйд ; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. - Москва: Мнемозина, 2009. - 32 с.: ил. - (Экстремальные виды спорта = Extremesports: в 6 кн.) (Планета любознательных: библиотека познавательной литературы). - Алф. указ.:с. 32.
12. Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. – 450с. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/467588>
13. Синицын С. Е. Основы скалолазания. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. – 51с. Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492596.pdf>
- 14.Хаттинг, Г. Альпинизм. Техника восхождений, ледолазания, скалолазания / Г. Хаттинг. - М.: Гранд-Фаир, 2017. – 100с.
- 15.Хаттинг, Г. Скалолазание. Базовое руководство по снаряжению и техническому оснащению / Г. Хаттинг. - М.: Гранд-Фаир, 2017.-160с.
17. Хилл, Линн Скалолазание - моя свобода. Моя жизнь в вертикальном мире / Линн Хилл при участии Грэга Чайлда; предисл. Джона Лонга; [пер. с англ. А. Г. Штукенберга]. - Санкт-Петербург: Нестор-История: Трамонтана, 2012. - 235, [1] с. : ил.; [12] л.: цв. ил. - Пер. изд.
- 18.Шкер Роб, Браунинг Рэй. Серьезные тренировки для спортсменов на выносливость: Пер. с англ. – Мурманск: Издательство Тулома,2007. – 328с.

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе./А.А. Алексеев — М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999. – 29с.
2. Балабанов И.В. Узлы./И.В. Балабанов — М.: 1998. – 43с.
3. Официальный сайт Федерации скалолазания России. - [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.c-f-r.ru/>
4. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и методические указания. – М.: ФСР, 2006. – 45с.
5. Физкультура для всех: для детей и взрослых. - [Электронный ресурс].
- Режим доступа: <http://www.c-f-r.ru/>

Интернет-ресурсы

1. <http://www.c-f-r.ru> – Федерация скалолазания России;
2. <http://www.rusclimbing.ru> – интернет-страница о скалолазании;
3. <http://www.rockclimbing.ru> – журнал о скалолазании.

ПРИЛОЖЕНИЕ

ЕЖЕГОДНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД			
«Работа с родителями»			
Дела	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Представление информации родителям (законным представителям) обучающихся на официальном сайте учреждения и в социальных сетях	Родители (законные представители)	В течение года	Данилюк И.А. Иванова Н.В.
Проведение индивидуальных консультаций с родителями	Родители (законные представители)	В течение года	Иванова Н.В.
«Учебное занятие (согласно индивидуального плана рабочей программы по МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»)»			
Техника безопасности (беседа)	Дети	Сентябрь 2023	Иванова Н.В.
Техника безопасности и виды страховки (беседа)	Дети	Декабрь 2023	Иванова Н.В.
Отработка техники страховки и ТБ	Дети	Февраль 2024	Иванова Н.В.