

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

Обсуждено и одобрено на
Педагогическом совете
МБУ ДО «Станция туризма и
экскурсий»

от «29» августа 2022 г.

согласовано 01 сентября 2022 г.
И.о. директора МБОУ «Гимназия № 11»



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО

«Станция туризма и экскурсий»

Шумаков А.Г.

Приказ № 175

от «01» сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей)
программе внеурочной деятельности
«ЮНЫЕ СКАЛОЛАЗЫ»**

детских объединений:

«Юные скалолазы-1, 2, 3, 4, 5, 6»

Адресат программы:

1-4 классы МБОУ «Гимназия №11»

год обучения – первый

срок обучения – 1 год

составитель:

Иванова Н.В.

педагог дополнительного образования

Содержание

№ п/п	Основные разделы программы	№ страницы
1	Пояснительная записка	3
2.1	Календарно - тематическое планирование 1,2 группы	5
2.2	Календарно - тематическое планирование 3,4 группы	6
2.3	Календарно - тематическое планирование 5 группы	7
2.4	Календарно - тематическое планирование 6 группы	8
3	Воспитательная работа	9
4	Календарно учебный график	13
5	Условия реализации программы	13
6	Список литературы	15
7	Приложение 1	17

2. Пояснительная записка

Направленность	Туристско-краеведческая
Вид	Программа курса внеурочной деятельности
Уровень	Спортивно-оздоровительный
Особенности организации	36 часов в год, 1 час в неделю
Цель	Создание условий для формирования у обучающихся предметных/непредметных способностей, личностных качеств через занятие спортивным скалолазанием.
Задачи на текущий учебный год для конкретной учебной группы	<p>1. Оздоровительная задача</p> <ul style="list-style-type: none">- формирование понятия «Здоровье»;- здоровый образ жизни через регулярные занятия скалолазанием;- совершенствование физического развития. <p>2. Образовательная задача</p> <ul style="list-style-type: none">- овладение базовыми знаниями, умениями и навыками скалолазания;- формирование высокого уровня личной физической культуры обучающегося как элемента здорового, активного образа жизни;- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;- удовлетворение познавательных интересов и развитие познавательных, творческих способностей обучающихся;- достижение обучающимися уровня физической подготовленности в соответствии с требованиями данной программы; <p>3. Воспитательная задача</p> <ul style="list-style-type: none">- воспитание морально-волевых качеств, самостоятельности и ответственности;- воспитание патриотического сознания: любовь и бережное отношение к природе, к истории и культуре края, в том

	числе гордость за достижения соотечественников в спорте.
Формы	<ul style="list-style-type: none"> - практические и теоретические учебные занятия, - работа по индивидуальным планам, - участие в соревнованиях, товарищеских встречах, - походы, экскурсии, предусмотренные в разделах программы
Режим занятий	<p>Объединение «Юный скалолаз - 1» Понедельник: 12.00-12.40;</p> <p>Объединение «Юный скалолаз - 2» Понедельник: 13.10-13.40;</p> <p>Объединение «Юный скалолаз - 3» Вторник: 12.20-12.50;</p> <p>Объединение «Юный скалолаз - 4» Вторник: 13.10-13.40;</p> <p>Объединение «Юный скалолаз - 5» Четверг: 13.10-13.40;</p> <p>Объединение «Юный скалолаз - 6» Пятница: 11.30-12.10</p>

2.1 Календарно-тематическое планирование 1,2 группы

Дата	Содержание занятий	Всего	Теория	Практ
05.09	Скалолазание как вид спорта	1	1	
12.09	Правила поведения и техники безопасности на занятиях.	1	0,5	0,5
19.09	Виды соревнований в скалолазании.	1	0,5	0,5
26.09	Скалолазное снаряжение.	1	0,5	0,5
03.10	Одежда и обувь для занятия скалолазанием	1	0,5	0,5
10.10	Значение самостраховки	1		1
17.10	Специальная физ. подготовка	1		1
24.10	Разучивание приемов лазания	1		1
07.11	Гигиена, закаливание. Лазание	1	0,5	0,5
14.11	Режим дня. Лазание	1	0,5	0,5
21.11	Техническая подготовка	1		1
28.11	Лазание на скорость	1		1
05.12	Краткая характеристика техники лазанья.	1	0,5	0,5
12.12	Техника безопасности и виды страховки.	1	0,5	0,5
19.12	Общеспортивная подготовка.	1		1
26.12	Лазание на трудность	1		1
09.01	Организация технологии и экологии быта на соревнованиях в полевых условиях.	1	0,5	0,5
16.01	Техническая подготовка.	1		1
23.01	Участие в соревнованиях	1		1
30.01	Лазание на скорость	1		1
06.02	Участие в соревнованиях	1		1
13.02	Разучивание приемов лазания	1		1
20.02	Общеспортивная подготовка.	1		1
27.02	Отработка техники страховки	1		1
06.03	Разучивание приемов лазания	1		1
13.03	Техническая подготовка.	1		1
20.03	Лазание на скорость	1		1
27.03	Специальная физ. подготовка	1		1
03.04	Скалолазное снаряжение	1		1
10.04	Техническая подготовка.	1		1
17.04	Лазание на скорость	1		1

24.04	Участие в соревнованиях.	1		1
08.05	Специальная физ. подготовка	1		1
15.05	Лазание на скорость	1		1
22.05	Техническая подготовка.	1		1
29.05	Итоговое занятие, сдача контрольных нормативов	1		1
	Итого	36		

2.2 Календарно-тематическое планирование 3,4 группы

Дата	Содержание занятий	Всего	Теория	Практ
06.09	Скалолазание как вид спорта	1	1	
13.09	Правила поведения и техники безопасности на занятиях.	1	0,5	0,5
20.09	Виды соревнований в скалолазании.	1	0,5	0,5
27.09	Скалолазное снаряжение.	1	0,5	0,5
04.10	Одежда и обувь для занятия скалолазанием	1	0,5	0,5
11.10	Значение самостраховки	1		1
18.10	Специальная физ. подготовка	1		1
25.10	Разучивание приемов лазания	1		1
08.11	Гигиена, закаливание. Лазание	1	0,5	0,5
15.11	Режим дня. Лазание	1	0,5	0,5
22.11	Техническая подготовка	1		1
30.11	Лазание на скорость	1		1
06.12	Краткая характеристика техники лазанья.	1	0,5	0,5
13.12	Техника безопасности и виды страховки.	1	0,5	0,5
20.12	Общефизическая подготовка.	1		1
27.12	Лазание на трудность	1		1
10.01	Организация технологии и экологии быта на соревнованиях в полевых условиях.	1	0,5	0,5
17.01	Техническая подготовка.	1		1
24.01	Участие в соревнованиях	1		1
31.01	Лазание на скорость	1		1
07.02	Участие в соревнованиях	1		1
14.02	Разучивание приемов лазания	1		1
21.02	Общефизическая подготовка.	1		1
28.02	Отработка техники страховки	1		1
07.03	Разучивание приемов лазания	1		1
14.03	Техническая подготовка.	1		1
21.03	Лазание на скорость	1		1

28.03	Специальная физ. подготовка	1		1
04.04	Скалолазное снаряжение	1		1
11.04	Техническая подготовка.	1		1
18.04	Лазание на скорость	1		1
25.04	Участие в соревнованиях.	1		1
02.05	Специальная физ. подготовка	1		1
16.05	Лазание на скорость	1		1
23.05	Техническая подготовка.	1		1
30.05	Итоговое занятие, сдача контрольных нормативов	1		1
	Итого	36		

2.3 Календарно-тематическое планирование 5 группы

Дата	Содержание занятий	Всего	Теория	Практ
08.09	Скалолазание как вид спорта	1	1	
15.09	Правила поведения и техники безопасности на занятиях.	1	0,5	0,5
22.09	Виды соревнований в скалолазании.	1	0,5	0,5
29.09	Скалолазное снаряжение.	1	0,5	0,5
06.10	Одежда и обувь для занятия скалолазанием	1	0,5	0,5
13.10	Значение самостраховки	1		1
20.10	Специальная физ. подготовка	1		1
27.10	Разучивание приемов лазания	1		1
03.11	Гигиена, закаливание. Лазание	1	0,5	0,5
10.11	Режим дня. Лазание	1	0,5	0,5
17.11	Техническая подготовка	1		1
24.11	Лазание на скорость	1		1
01.12	Краткая характеристика техники лазанья.	1	0,5	0,5
08.12	Техника безопасности и виды страховки.	1	0,5	0,5
15.12	Общефизическая подготовка.	1		1
22.12	Лазание на трудность	1		1
12.01	Организация технологии и экологии быта на соревнованиях в полевых условиях.	1	0,5	0,5
19.01	Техническая подготовка.	1		1
26.01	Участие в соревнованиях	1		1
02.02	Лазание на скорость	1		1
09.02	Участие в соревнованиях	1		1
16.02	Разучивание приемов лазания	1		1
02.03	Общефизическая подготовка.	1		1
09.03	Отработка техники страховки	1		1

16.03	Разучивание приемов лазания	1		1
23.03	Техническая подготовка.	1		1
30.03	Лазание на скорость	1		1
06.04	Скалолазное снаряжение	1		1
13.04	Техническая подготовка.	1		1
20.04	Лазание на скорость	1		1
27.04	Участие в соревнованиях.	1		1
04.05	Специальная физ. подготовка	1		1
11.05	Лазание на скорость	1		1
18.05	Техническая подготовка.	1		1
25.05	Итоговое занятие, сдача контрольных нормативов	1		1
	Итого	36		

2.4 Календарно-тематическое планирование 6 группы

Дата	Содержание занятий	Всего	Теория	Практ
09.09	Скалолазание как вид спорта	1	1	
16.09	Правила поведения и техники безопасности на занятиях.	1	0,5	0,5
23.09	Виды соревнований в скалолазании.	1	0,5	0,5
30.09	Скалолазное снаряжение.	1	0,5	0,5
07.10	Одежда и обувь для занятия скалолазанием	1	0,5	0,5
14.10	Значение самостраховки	1		1
21.10	Специальная физ. подготовка	1		1
28.10	Разучивание приемов лазания	1		1
04.11	Гигиена, закаливание. Лазание	1	0,5	0,5
11.11	Режим дня. Лазание	1	0,5	0,5
18.11	Техническая подготовка	1		1
25.11	Лазание на скорость	1		1
02.12	Краткая характеристика техники лазанья.	1	0,5	0,5
09.12	Техника безопасности и виды страховки.	1	0,5	0,5
16.12	Общефизическая подготовка.	1		1
23.12	Лазание на трудность	1		1
30.12	Организация технологии и экологии быта на соревнованиях в полевых условиях.	1	0,5	0,5
13.01	Техническая подготовка.	1		1
20.01	Участие в соревнованиях	1		1
27.01	Лазание на скорость	1		1
03.02	Участие в соревнованиях	1		1
10.02	Разучивание приемов лазания	1		1

17.02	Общefизическая подготовка.	1		1
03.03	Отработка техники страховки	1		1
10.03	Разучивание приемов лазания	1		1
17.03	Техническая подготовка.	1		1
24.03	Лазание на скорость	1		1
31.03	Специальная физ. подготовка	1		1
07.04	Скалолазное снаряжение	1		1
14.04	Техническая подготовка.	1		1
21.04	Лазание на скорость	1		1
28.04	Участие в соревнованиях.	1		1
05.05	Специальная физ. подготовка	1		1
12.05	Лазание на скорость	1		1
19.05	Техническая подготовка.	1		1
26.05	Итоговое занятие, сдача контрольных нормативов	1		1
	Итого	36		

3. Воспитательная работа

Настоящая Рабочая программа воспитания (далее – Программа) разработана для детей в возрасте от 7 до 10 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. Общий объем учебных часов на реализацию программы составляет 36 часов на одну учебную группу.

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 «Юные скалолазы» 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 «Юные скалолазы» 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.

4. Календарный учебный график

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дни	Количество учебных часы	Режим занятий
1 год обучения, группа	01.09.2021	30.05.2022	36	36	36	1 раз в неделю, по 1 часу

5. Условия реализации программы

1. Кадровое обеспечение - педагоги, имеющие средне-специальное или высшее образование, имеющие опыт работы с детским коллективом и обладающие знаниями и практическими умениями скалолазной подготовки, стремящиеся к профессиональному росту.

2. Информационное обеспечение:

- видео записи (учебные и познавательные фильмы по скалолазанию, видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках по скалолазанию, видеоматериал об известных скалолазах России и мира);
- дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия по скалолазанию);

-специальная литература (книги, методические пособия, журналы, статьи о скалолазании);

-интернет.

3. Материально-техническое обеспечение – скалодром, специальное снаряжение и оборудование для занятия скалолазанием, личное снаряжение юного скалолаза, бивачное оборудование, аудио и видео аппаратура, компьютер с возможностью выхода в Интернет.

Список литературы

Для педагогов основная:

1. Антонович И.И. Спортивное скалолазание. – М.: ФиС, 1978.
2. Байковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, горный туризм). – М.: Вилад, 1996.
3. Байковский Ю.В. Особенности формирования и классификация горных неолимпийских видов спорта. – М.: Вертикаль, 2005.
4. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005г. Часть 1.- М.: Советский спорт, 2002.
5. Пиратинский А.Е. Подготовка скалолаза. – М.: ФиС, 19
6. Подгорбунских З.С., Пиратинский А.Е. Техника спортивного скалолазания. – Екатеринбург, УГТУ – УПИ, 2000.
7. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и [методический указания](#) /Под ред. А.Е. Пиратинского. – М.: ФСР, 2002.
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.

Дополнительная:

1. Вашляева И. В., Романова Н. А., Шуралева Н. Н. Основы методики самостоятельного освоения знаний для занятий физическими упражнениями. [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2017. – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/17/p489282.pdf>
2. Гусева А.А. Вегетативный статус и функциональное состояние сердца
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. - 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 студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению "Педагогическое образование", профиль "Физическая культура" (квалификация "бакалавр"). - Москва: Академия, 2014.
5. Колчанова В.П. Совершенствование подготовки начинающих скалолазов 9- 12 лет. 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.
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.
9. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001.
10. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А., Близневский А. Ю., Рябина С. К. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/449973>
11. Окслэйд, К. Скалолазание / К. Окслэйд. - М.: Мнемозина, 2018. - 940 с.
12. Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/467588>
13. Синицын С. Е. Основы скалолазания. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. 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.
15. Хаттинг, Г. Скалолазание. Базовое руководство по снаряжению и техническому оснащению / Г. Хаттинг. - М.: Гранд-Фаир, 2017.
17. Хилл, Линн Скалолазание - моя свобода. Моя жизнь в вертикальном мире / Линн Хилл. - Москва: ИЛ, 2017.
18. Шкер Роб, Браунинг Рэй. Серьезные тренировки для спортсменов на выносливость: Пер. с англ. – Мурманск: Тулома, 2017 г.

Для обучающихся:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. — М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.
2. Балабанов И.В. Узлы. — М.: 1998
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.
5. Физкультура для всех: для детей и взрослых. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.c-f-r.ru/>

ПРИЛОЖЕНИЕ 1**План воспитательной работы объединений «Юные скалолазы»****на 2022 -2023 учебный год****«Работа с родителями»**

Дела, события, мероприятия	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Родительские собрания	Родители (законные представители)	В течение года	Иванова Н.В.
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 индивидуальным планам рабочей программы по ДООП)»

Дела, события, мероприятия	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Техника безопасности (беседа)	Дети	Сентябрь 2022	Иванова Н.В.
Техника безопасности и виды страховки (беседа)	Дети	Декабрь 2022	Иванова Н.В.
Отработка техники страховки и ТБ	Дети	Февраль 2022	Иванова Н.В.