

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  
«03» 09 2025 г.

Утверждаю  
И.о. директора МБУ ДО  
«Станция туризма и  
экскурсий»  
О.В. Нестеренко  
Приказ № 260  
«03» 09 2025 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад № 5  
«Академия детства»  
Красникова  
Т.В. Красникова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
на 2025-2026 учебный год  
по **ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**  
**(ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ**  
**ПРОГРАММЕ «Дошкольное скалолазание» для**  
**объединения «ПАУЧОК»**  
**«туристско-краеведческой» направленности**

Возраст обучающихся – 5-7 лет  
Срок реализации – 1 год  
Автор – составитель:  
Сергеева Светлана Николаевна  
педагог дополнительного образования

г. Рубцовск  
2025

## Содержание

<b>№ п/п</b>	<b>Основные разделы программы</b>	<b>№ страницы</b>
1	Паспорт программы	3
2	Пояснительная записка	4
3	Календарно-тематический план	9
4	Воспитательная работа	14
5	Календарный учебный график	19
6	Учебно-методическое обеспечение	19
7	Список литературы	21
8	Приложение	23

## 1. Паспорт программы

Полное наименование	Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей программе) «Дошкольное скалолазание»
Руководитель	Сергеева Светлана Николаевна, педагог дополнительного образования
География реализации	МАДОУ «ЦРР-детский сад № 5 «Академия детства» г. Рубцовск, Алтайский край
Адресат программы	Обучающиеся 5-7 лет (дошкольного возраста)
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
Планируемые результаты	<p><b>Личностные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- познавательной мотивации к истории возникновения скалолазания;</li> <li>- освоить основы техники в скалолазании;</li> <li>-изучить теоретические основы подготовки юного скалолаза;</li> <li>-узнать способы элементарных правил выживания в природе;</li> <li>-понять изменение отношения родителей к своему здоровью и здоровью своего ребенка</li> <li>-мотивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.</li> </ul> <p><b>Предметные</b></p> <p>получат знания (будут знать) по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физическая культура и спорт в России;</li> <li>- краткий обзор развития скалолазания;</li> <li>-правила поведения и техники безопасности на занятиях;</li> <li>- одежда и обуви для занятий скалолазанием, гигиена и режим дня</li> <li>-скалолазное снаряжение.</li> </ul> <p>Овладеют средствами воспитания основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости (координация);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполняют требования физической подготовки;</li> </ul> <p><b>Метапредметные</b></p> <p>обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы;</li> <li>- вносить коррективы в свою работу.</li> </ul> <p>обучающиеся получат возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- первоначальным умением и навыкам в скалолазании;</li> <li>- работать индивидуально и в группе.</li> </ul>

	Итогом реализации дополнительной образовательной программы является подготовка ребят к освоению программы «Скалолазание».
--	---

### Пояснительная записка

Спортивное скалолазание в Рубцовске является довольно редким и экзотическим видом спорта. Из-за отсутствия соответствующего рельефа местности, многие говорят и думают, что развитие данного вида спорта невозможно. На самом же деле, все современные соревнования и основные тренировочные процессы во всем Мире, проводят только в закрытых помещениях, закрытых залах, тренажерах, на так называемых скалодромах. Поэтому популяризация и развитие этого вида спорта возможна и в нашем городе.

Всем родителям хочется, чтобы их ребенок рос здоровым, сильным и крепким. Однако не все знают, как этого добиться. И в результате дети часто болеют, растут слабыми и физически неразвитыми. Программа «Дошкольное скалолазание» направлена для детей дошкольного возраста. Дошкольный возраст – это самая благоприятная пора приобщения ребенка к занятию скалолазанием, с раннего возраста дети привыкнут к активному отдыху. Помимо нагрузок, обеспечивающих физическое развитие, занятия скалолазанием способствуют развитию памяти, внимания, мышления, воспитанию трудолюбия, волевых качеств и сильных черт личности. Скалолазание – это больше, чем просто спорт, это разумный компромисс между умственной и физической нагрузкой.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей программе) «Дошкольное скалолазание» реализуется в МАДОУ «ЦРР-детский сад № 5 «Академия детства» и адресована дошкольникам. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей) программе «Дошкольное скалолазание» имеет туристско-краеведческую направленность.

**Актуальность** программы состоит в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по спортивному скалолазанию, но и обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Цель** - содействие физическому развитию детей старшего дошкольного возраста посредством занятий по скалолазанию.

#### **Задачи:**

##### **1. Образовательные**

- овладеть базовыми знаниями, умениями и навыками скалолазания;
- сформировать личную физическую культуру обучающегося как элемента здорового, активного образа жизни;
- развивать двигательные (кондиционные и координационные) способности;
- удовлетворить познавательные интересы и развить познавательные, творческие способности у ребенка.

## **2. Развивающие:**

- развивать потребности в здоровом образе жизни у обучающихся через регулярные занятия скалолазанием;
- развивать условия для физического и психического благополучия детей;
- развивать необходимые физические качества (силу, ловкость, быстроту);
- способствовать развитию познавательных способностей через влияние скалолазания на психические процессы, задействованные во время лазания.

## **3. Воспитательные:**

- способствовать развитию мотивации к здоровому образу жизни;
- формировать умение работать в коллективе;
- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, целеустремленность;
- воспитывать взаимопомощь, трудолюбие;
- воспитывать патриотическое сознание: любовь и бережное отношение к природе, к истории и культуре края, в том числе гордость за достижения соотечественников в спорте.

## **Обучающиеся по программе**

Программа адресована детям в возрасте 5-7 лет. В течение учебного года ввиду выбытия ребенка по различным причинам из состава обучающихся группа может быть доукомплектована. Выбор количества обучающихся в группе зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, необходимо помнить, что каждый ребенок должен получить одинаковые стартовые возможности для обучения по данной Программе.

**Набор** детей – свободный, приём детей осуществляется на добровольных началах по письменному заявлению родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

Если количество обучающихся в группе превышает 15 человек, допускается разделение группы на подгруппы численностью обучающихся от 5 до 10 человек.

**Возраст обучающихся** - 5-7 лет.

### **Форма обучения**

- подвижные и спортивные игры;
- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в соревнованиях.

При построении занятий следует учитывать особенности естественного физического развития двигательных качеств в старшем дошкольном возрасте (ловкость и скорость движений развиваются интенсивнее, чем сила и выносливость). Учитывая это, важно правильно определить содержание и методы обучения и воспитания, которые бы содействовали развитию у детей двигательных качеств в соответствии с их возрастными особенностями. В старшем дошкольном возрасте рекомендуется проводить занятия в занимательной игровой форме, наполняя сказочными и игровыми сюжетами. Это позволит поддерживать высокий эмоциональный настрой учащихся, повышать интерес к двигательной деятельности.

**Форма занятий** - групповая.

**Срок реализации программы** – 1 год.

**Режим занятий:** занятия для обучающихся 5-7 лет проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 72 часа в год.

Продолжительность занятия - 25 мин.

### **Планируемые результаты**

- ребёнок имеет общее представление о скалолазании как виде спорта;
- ребёнок оценивает свои возможности, безопасно передвигается по скалодрому;
- гармонично развиваются все основные мышцы тела ребенка, укрепляются кости и суставы, не перегружая растущий опорно-двигательный аппарат;
- успешно развивается зрительная память, пространственное, тактическое и стратегическое мышление;
- ребёнок умеет подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- успешно формируются морально-этические нормы спортивного поведения.

В процессе реализации рабочей программы по дополнительной общеобразовательной программе (дополнительной общеразвивающей программе) «Дошкольное скалолазание» объединения «Паучок-3» у обучающихся предполагается сформировать (или закрепить) следующие **результаты и универсальные учебные действия:**

#### **Личностные:**

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного материала. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия скалолазанием для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

#### **Познавательные УУД**

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам);
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности.

#### **Регулятивные УУД:**

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий скалолазанием, тренировочной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом.

#### **Коммуникативные УУД:**

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения;
- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время спортивной деятельности;

-разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

По окончании срока реализации программы 1 года обучения:

**Обучающиеся будут знать:**

- краткие сведения ОФП, о здоровом образе жизни и о спортивном скалолазании;
- правила поведения до и после тренировки, питьевой режим, гигиену;
- понятия о спортивной одежде, спортивном инвентаре;
- разные виды игр, выполнять правила знакомых игр;
- упражнения, корригирующие осанку;
- требования техники безопасности при занятиях скалолазанием.

**Обучающиеся будут уметь:**

- правильно выполнять упражнения при разминке;
- правильно выполнять упражнения, направленные на развитие силовых качеств, быстроты и координации движений;
- выполнять простые комплексы упражнений;
- применять правила техники безопасности на занятиях;
- выполнять основные технические действия, предусмотренные программой;
- выполнять нормативы контрольных испытаний;
- работать в группе и индивидуально.

**Обучающиеся смогут применять следующие жизненно-практические задачи:**

- соблюдать личную гигиену;
- использовать простейшие виды закаливания;
- соблюдать меры безопасности на тренировке и в раздевалке;
- улучшать физическую подготовленность и укреплять здоровье;
- приобретать опыт групповых и индивидуальных действий, воспитание личностных качеств (дисциплинированности, ответственности, трудолюбия, коллективизма, взаимопомощи).

### **Способы определения результативности**

-наблюдение за детьми, беседы индивидуальные и групповые, а также беседы с родителями.

-формирование навыка слушателя: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;

-взаимодействие в коллективе: игры, наблюдение, беседы с родителями.

Результативность отслеживается с учетом специфики учебного курса дисциплины

-наблюдение;

-туристско-краеведческие программы;

-итоговые занятия.

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

## Формы подведения итогов реализации программы

В течение учебного года в качестве диагностики используют методику оценки физической подготовленности детей.

Сдача контрольных нормативов осуществляется *в три этапа*:

**1.Предварительный контроль** проводится в начале учебного года (сентябрь). Ведется для выявления у обучающихся имеющихся знаний, умений и навыков.

**2.Промежуточный контроль** (январь-февраль) проводится в середине учебного года. По его результатам, при необходимости, происходит коррекция учебно-тематического плана.

**3.Итоговый контроль** (май) проводится в конце каждого учебного года, который позволяет оценить результативность работы педагога за учебный год и выстроить дальнейшую деятельность.

В течение учебного года проводится сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП. Тестирование позволяет оценивать динамику развития физических качеств обучающихся. Оценить уровень тактико-технической подготовленности по скалолазанию у обучающихся можно по результатам тренировочных или спортивных соревнований.

По результатам сданных нормативов обучающиеся либо переводятся на следующий уровень подготовки, либо остаются повторно на том же уровне для дополнительного прохождения этапа. Окончательное решение о переводе обучающегося на следующий этап обучения принимает педагогический совет.

## Календарно-тематический план

п/п	Дата	Содержание занятий	Все-го часов	Количество часов		Форма аттестации/Контроля
				Теория	Практик	
1.	02.09	Вводное занятие. Полный инструктаж по технике безопасности	1	1	-	Беседа, игра
2.	04.09	Знакомство со скалолазанием.	1	1	-	Беседа, игра
3.	09.09	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
4.	11.09	Техника безопасности и правила поведения на занятиях	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
5.	16.09	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
6.	18.09	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в

						течение тренировочного процесса	
7.	23.09	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
8.	25.09	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
9.	30.09	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
		<b>Итого за сентябрь</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>7</b>		
10.	02.10	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь	1	1	-	Беседа	
11.	07.10	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
12.	09.10	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
13.	14.10	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
14.	16.10	Основы тактической подготовки	1	-	1	Тестирование,	
15.	21.10	Виды скалолазания - боулдеринг	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
16.	23.10	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
17.	28.10	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
18.	30.10	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение течение	в

						тренировочного процесса
		<b>Итого за октябрь</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	
19.	06.11	Туризм как вид спорта и отдыха	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
20.	11.11	Понятие здоровья и его ценность в жизнедеятельности человека	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
21.	13.11	Общая физическая подготовка	1	1	-	Беседа
22.	18.11	Подвижные игры	1	-	1	Отслеживание активности в выездном мероприятии
23.	20.11	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
24.	25.11	Основы тактической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
25.	27.11	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
		<b>Итого за ноябрь</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
26.	02.12	Характеристика естественных препятствий и способы их преодоления	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
27.	04.12	Общая физическая подготовка	1	-	1	Тестирование,
28.	09.12	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
29.	11.12	Специальная физическая подготовка	1		1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
30.	16.12	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение

						тренировочного процесса
31.	18.12	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
32.	23.12	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
33.	25.12	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
34.	30.12	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
		<b>Итого за декабрь</b>	<b>9</b>	<b>-</b>	<b>9</b>	
35.	13.01	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм во время занятий	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
36.	15.01	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
37.	20.01	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
38.	22.01	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
39.	27.01	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
40.	29.01	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
		<b>Итого за январь</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	

41.	03.02	Личная гигиена, закаливание, режим дня, профилактика различных заболеваний	1	1	-	Беседа Тестирование,
42.	05.02	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
43.	10.02	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
44.	12.02	Основы технической подготовки	1	-	1	Тестирование
45.	17.02	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
46.	19.02	Основы тактической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
47.	24.02	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
48.	26.02	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
		<b>Итого за февраль</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	
49.	03.03	Характеристика основных видов туризма.	1	1	-	Наблюдение в течение тренировочного процесса
50.	05.03	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
51.	10.03	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
52.	12.03	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
53.	17.03	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в

						течение тренировочного процесса	
54.	19.03	Общая физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
55.	24.03	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
56.	26.03	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
57.	31.03	Основы тактической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
		<b>Итого за март</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>		
58.	02.04	Влияние утренней гимнастики и физических упражнений на развитие человека, его работоспособность и самочувствие	1	1	-	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
59.	07.04	Подвижные игры	1	-	1	Беседа. Тестирование,	
60.	09.04	Основы тактической подготовки	1	-	1	Тестирование	
61.	14.04	Виды скалолазания -трудность	1	1	-	Беседа. Тестирование,	
62.	16.04	Основы технической подготовки	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
63.	21.04	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
64.	23.04	Общая физическая подготовка	1	-	1	Тестирование	
65.	28.04	Основы технической подготовки	1	-	1	Тестирование	
66.	30.04	Специальная физическая подготовка	1	-	1	Наблюдение течение тренировочного процесса	в
		<b>Итого за апрель</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>7</b>		

67.	05.05	Личное и групповое туристское снаряжение	1	1		Наблюдение в течение тренировочного процесса
68.	07.05	Подвижные игры	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
69.	12.05	Основы тактической подготовки	1	-	1	Тестирование
70.	14.05	Выполнение контрольных нормативов	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
71.	19.05	Техника безопасности при проведении туристских походов, выездных мероприятий	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
72	21.05	Итоговое занятие. Участие в соревнованиях между учащимися	1	-	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
		<b>Итого за май</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	
		<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>	

По окончании срока реализации программы, обучающиеся 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 товарища
- знать основы самоконтроля и восстановления после нагрузок.

### **Воспитательная работа**

Настоящая Рабочая программа воспитания «Дошкольное скалолазание» разработана для детей в возрасте от 5 до 7 лет, обучающихся в объединении «Паучок -3», 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 «Дошкольное скалолазание» туристско-краеведческой направленности.

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

### **Для обучающихся объединения «Паучок-3» дошкольного возраста (5- 7 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 чем-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать свое мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

#### **Задачи Программы:**

1. реализовывать воспитательные возможности общеучрежденческих 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 объединения.

Процесс воспитания в объединениях «Паучок-3» 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 72 часа на одну учебную группу.

Формы и виды проводимых воспитательных мероприятий (спортивные состязания, праздники, фестивали, социальные проекты, игры, сборы, конкурсы, соревнования, экскурсии, профориентационные игры: симуляции, деловые игры, квесты и др.), а также методы воспитательной деятельности определены в зависимости от особенностей реализуемой дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Дошкольное скалолазание», 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 «Дошкольное скалолазание» 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:

- «Учебное занятие» (согласно индивидуальным планам рабочей программы по ДООП);
- «Городские, краевые, окружные соревнования и культурно-массовые мероприятия»;
- Работа с родителями».

Вариативные модули:

- «Ключевые общеучрежденческие дела»;
- «Воспитательная работа в объединении» (согласно индивидуальным планам работы педагога дополнительного образования);
- «Безопасность жизнедеятельности».

**Основные направления воспитательной работы** Воспитательная работа в объединении «Паучок-3» 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.**

Оценка результативности Программы осуществляется в конце учебного года. В качестве результативности выполнения Программы рассматриваются следующие критерии:

1-формируемые посредством воспитательных мероприятий качества личности, включающие в себя морально-нравственные, ценностные и волевые установки, их личностное отношение к различным областям человеческой деятельности, собственную жизненную позицию;

2-уровень интеллектуального развития обучающихся, расширение их кругозора в направлениях деятельности, реализуемых Программой;

3- уровень групповой сплоченности детского коллектива, психологический климат в объединении по интересам;

4-полнота освоения учебных часов, предусмотренных Программой воспитательной работы. Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития является педагогическое наблюдение.

Способами получения информации о состоянии совместной деятельности детей и взрослых являются беседы с обучающимися и их родителями, педагогами, при необходимости – анкетирование.

К Программе прилагается ежегодный календарный план воспитательной работы (Приложение).

### Календарный учебный график

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество во учебных дней	Количество во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, подгруппа № 3	02.09.2025	21.05.2026	12	36	72	2 раза в неделю, по 1 часу

### Учебно-методическое обеспечение Формы организации занятий

На занятиях применяются следующие формы работы:

#### Формы обучения:

- мини-лекция;
- инструктаж,
- беседа;
- упражнение.

#### Методы обучения:

Словесные: рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение.

Наглядные:

-показ упражнения (приема), может осуществлять сам преподаватель или более опытные обучающиеся;

-показ кино-, фото - видеоматериалов и др.

Практические: упражнения, направленные на:

- освоение спортивной техники;

- развитие двигательных способностей;

- тренировка;

- игра

- соревнование.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-технические условия:**

Скалодром, специальное снаряжение и оборудование для занятия скалолазанием, личное снаряжение юного скалолаза, бивачное оборудование, аудио и видео аппаратура, компьютер с возможностью выхода в Интернет.

#### **Личное снаряжение:**

- система страховочная;

- скальные туфли;

- мешок для магнезии.

#### **Специальное снаряжение:**

- тренажеры;

- зацепы с болтами и шайбами;

- веревки страховочные;

- карабины муфтованные;

- гимнастические маты;

- средства для подъема, спуска по веревке.

### **Санитарно-гигиеническое обеспечение**

Санитарно-гигиеническое обеспечение деятельности по реализации дополнительной общеобразовательной программы (дополнительной общеразвивающей программы) «Дошкольное скалолазание» объединения

«Паучок-3» 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 / 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 / Науч. центр здоровья детей РАМН. - Москва, 2003. - 24 с.
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](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. – 288 с.
5. Колчанова, В.П. Совершенствование подготовки начинающих скалолазов 9- 12 лет. Магистерская диссертация: АФК им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт- Петербург. – 147 с.

6. Кризи, М. Скалолазание. Курс тренировок от А до Я / М. Кризи. - М.: Эксмо, 2017. Петербург, 2001. юных скалолазов. – М., 2003. - 123 с.
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 с. – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492907.pdf>
8. Линн, Хилл Скалолазание – моя свобода / Хилл Линн. - М.: Нестор-История, 2017. – 240 с.
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 : Профессио нальное образование).
10. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко, А.Ю. Близнаевский, С.К. Рябина. – М.: Издательство Юрайт, 2014. – 424 с.
11. Окслейд, К. Скалолазание [Текст] / Крис Окслэйд; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. - Москва: Мнемозина, 2009. - 32 с.: ил. - (Экстремальные виды спорта = Extreme sports: 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. Сеницын, 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. – 100 с.
15. Хаттинг, Г. Скалолазание. Базовое руководство по снаряжению и техническому оснащению / Г. Хаттинг. - М.: Гранд-Фаир, 2017.- 160 с.
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. – 328 с.

### **Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе / А.А. Алексеев. — М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999. – 29 с.
2. Балабанов, И.В. Узлы / И.В. Балабанов. — М.: 1998. – 43 с.
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. – 45 с.

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

#### МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»

на 2025-2026 учебный год

«Ключевые дела МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»;  
 «Городские, краевые, окружные соревнования и культурно-массовые мероприятия»

Дела	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Мероприятия, посвященные профилактике ПДД	Дети	Сентябрь 2025	Данилюк И.А. Ижицкая М.В. Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
Соревнования по скалолазанию на призы Деда Мороза	Дети, родители	Декабрь 2025	Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
Мероприятия, приуроченные к празднованию Дня защитника Отечества	Дети	Февраль 2026	Ижицкая М.В. Нестеренко О.В. Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
Викторина «МЫ ЗНАЕМ – МЫ ПОМНИМ!», посвященная дню памяти о россиянах, исполняющих служебный долг за пределами Отечества.	Дети	Февраль 2026	Ижицкая М.В. Нестеренко О.В. Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
Мероприятия, приуроченные к празднованию Международного дня 8 Марта	Дети	Март 2026	Ижицкая М.В. Нестеренко О.В. Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
Мероприятия,	Дети	Май 2026	Ижицкая М.В.

приуроченные ко Дню окончания Второй мировой войны			Нестеренко О.В. Сергеева С.Н. Иванова Н.В.
---	--	--	--

### Краевые, окружные, городские культурно-массовые мероприятия

Дела, события, мероприятия	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Первенство города Рубцовска по скалолазанию в закрытых помещениях (дисциплина – боулдеринг)	Дети	Декабрь 2025	Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Сергеева С.Н.
Городские соревнования по скалолазанию в закрытых помещениях (дисциплина «Скорость», дисциплина «Трудность»)	Дети	Апрель 2026	Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Сергеева С.Н.
Краевой фестиваль по скалолазанию в закрытых помещениях «Вертикали»	Дети	Март 2026	Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Сергеева С.Н.

### «Гражданско-патриотическое воспитание»

Дела, события, мероприятия	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Участие в праздничных мероприятиях, посвященных Дню защитника Отечества	Дети	В течение года	Педагоги-организаторы, Сергеева С.
Проведение бесед к юбилейным датам воинской славы	Дети	В течение года	Педагоги-организаторы, Сергеева С.Н. Иванова Н.В.

Участие в патриотических акциях, митингах, конкурсах, смотрах, посвященных Великой Победе	Дети	В течение года	Педагоги-организаторы, Сергеева С.Н.
Участие в тематических мероприятиях, выставках, конкурсах, викторинах «Моя малая Родина», посвященных образованию Алтайского края	Дети	В течение года	Педагоги-организаторы, Сергеева С.Н.
Проведение инструктажей о мерах безопасности при перевозках организованных групп детей	Дети	В течение года	Директор, зам. директора по УВР, педагоги-организаторы, Сергеева С.Н.

#### Работа с родителями

<b>Дела, события, мероприятия</b>	<b>Целевая аудитория</b>	<b>Ориентировочное время проведения</b>	<b>Ответственные</b>
Родительские собрания	Родители (Законные представители)	В течение года	Сергеева С.Н.
Представление информации родителям (законным представителям) обучающихся на официальном сайте учреждения и в социальных сетях	Родители (Законные представители)	В течение года	Данилюк И.А. Сергеева С.Н.
Проведение индивидуальных консультаций с родителями	Родители (Законные представители)	В течение года	Сергеева С.Н.
Участие родителей в мероприятиях объединения	Родители (законные представители)	В течение года	Сергеева С.Н.