Нестеренко Оксана Васильевна
Подписан: Нестеренко Оксана Васильевна
DN: C=RU, S=Алтайский край, L=г Рубцовск, T=Исполняющая обязанности директора, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""СТАНЦИЯ ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ""", СНИЛС=05245530839, ИНН=220904634707, E=kiv@ruo.ugmk-telecom.ru, G=Оксана Васильевна, SN=Нестеренко, CN=Нестеренко Оксана Васильевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2026.11.01 10:51:26+07'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.4

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

Принята
Педагогическим советом
МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»
Протокол № 01
«02» сентября 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБУ ДО
«Станция туризма и экскурсий»
О.В. Нестеренко
Приказ № 227
«02» сентября 2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2026-2027 учебный год

по ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ (ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ)

«Дошкольное скалолазание»

для объединения

«Паучок»

«туристско-краеведческой» направленности

Возраст обучающихся – 5-7 лет
Объём: 216 часов
Срок реализации – 1 год
Разработчик:
Кишко Наталья Викторовна
педагог дополнительного образования

г. Рубцовск
2026

Оглавление

№ п/п	Основные разделы программы	№ страницы
1	Пояснительная записка	3
2	Календарно-тематическое планирование освоения содержания учебного курса	10
3	Воспитательная деятельность	23
4	Календарный учебный график	28
5	Ресурсное обеспечение программы	28
6	Список литературы	31
7	Календарный план воспитательной работы	33

1. Пояснительная записка

На сегодняшний день, под влиянием различных факторов социально-экономического характера, в том числе и недостаточной физической активности здоровье детей ухудшается. Благополучие детей несомненно связанно с созданием необходимых условий для их воспитания, обучения и духовного развития. Одним из таких условий является занятие физической культурой, имеющее воспитательное, обучающее, оздоровительное и общекультурное значение.

Актуальность разработки данной программы связана с большим ростом и развитием популярности детского скалолазания в России.

Программа 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.

Скалолазание – это уникальный вид спорта, который сочетает в себе физические нагрузки и развитие логического мышления. Скалолазание развивает личностные качества дошкольников, учит настойчивости, целеустремленности, собранности, взаимопониманию. Помимо этого, скалолазание получило признание не только как соревновательный вид спорта, но также выросла его общественная роль, благодаря его включению в школьную программу во многих странах, а также в специальные программы, которые разрабатываются для людей с ОВЗ. Стремительное развитие и распространение, которое также было зафиксировано и во многих развивающихся странах, еще раз доказывает, что этот вид спорта может стать новым альтернативным видом активности для людей всех возрастов всего мира.

Занятия на скалодроме дают детям возможность стать более собранными и уверенными в себе. Скалодром тренирует мышцы рук и ног, силу пальцев, выносливость, а также развивает ловкость, гибкость и логику дошкольника.

Скалолазание – естественно.

Хватательный рефлекс появляется у детей достаточно рано, а желание ребят лазить по деревьям, детским площадкам и прочим не всегда подходящим для этого объектам, прекрасно знакома всем педагогам и родителям. Поэтому стоит направить энергию детей в нужное русло под чутким руководством преподавателя. Ведь заниматься скалолазанием могут все дети, не имеющие противопоказаний к спорту, и без особой подготовки.

Скалолазание – безопасно.

Современные технологии дают возможность покорять вершины скалодрома, не пугая родителей. Конечно, важно соблюдать технику безопасности и внимательно слушать преподавателя. Несмотря на то, что скалолазание считают экстремальным видом спорта, травмы случаются крайне редко.

Скалолазание – разнообразно.

Скалолазание активно влияет практически на все группы мышц и не требует скучных упражнений. Разные трассы, непохожие зацепки, смешанные задачи – все это не дает детям заскучать. А одновременная работа корпуса, ног и рук гармонично развивает все тело дошкольника.

Когда ребенок забирается по вертикальной поверхности, а потом спускается вниз, тренируются верхние и нижние конечности, мелкие мышцы стопы и ладоней, пальцев рук и ног, мышцы-стабилизаторы туловища, мышцы спины – при том, без перегрузки отдельных групп мышц и связочного аппарата. Лазание, наряду с метанием, бегом и ходьбой, – это базовый двигательный навык любого человека. Поэтому этот вид спорта относится к наименее травмоопасным и наиболее физиологичным, то есть комфортным для организма.

Скалолазание идеально подходит для детей с дефицитом внимания (СДВГ) и синдромом гиперактивности, так как занятия учат ребят контролировать свою двигательную активность, координировать движения и сосредоточивать внимание. Выработка эндорфинов во время тренировки нормализует нейрофизиологические процессы в головном мозге и помогает таким образом снять стресс.

Скалолазание развивает и тело, и ум.

Скалолазу всегда необходимо проводить анализ трассы: куда поставить ногу или руку, на какую часть тела перенести вес, какое движение сделать следующим. А также запоминать свои решения и оценивать их последствия, причем как можно быстрее.

Польза скалолазания:

- равномерно развиваются все мышцы тела,
    - укрепляются кости и суставы,
- улучшаются навыки моторики и реакций,
- тренируется выносливость,
- развивается ловкость и гибкость,
- приобретаются умения управлять своим телом.

Отличительные особенности.

Упражнения на скалодроме, кроме физического развития, расширяют логику ребенка и его пространственное мышление. Дошкольник приобретает полезные для жизни свойства - способность к концентрации, упорство в достижении цели, чувство уверенности в себе.

Спортивное скалолазание в г. 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.

Программа «Дошкольное скалолазание» разработана для детей дошкольного возраста. Дошкольный возраст – это самая благоприятная пора для приобщения ребенка к занятию скалолазанием, с раннего возраста дети привыкнут к активному отдыху. Скалолазание – это больше, чем просто спорт, это разумный компромисс между умственной и физической нагрузкой.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Дошкольное скалолазание» разработана с целью формирования устойчивой мотивации к регулярным занятиям физкультурой, спортом и здоровому образу жизни.

Уровень программы – **базовый.** В рамках реализации программы обучающиеся освоят специализированные знания и термины по профилю программы, овладеют базовыми умениями и навыками в области спортивного скалолазания.

Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной программе (общеразвивающей) «Дошкольное скалолазание» реализуется в МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий» и адресована дошкольникам. Программа рассчитана на 1 год обучения и имеет туристско-краеведческую направленность.

Цель – создание условий для формирования у обучающихся способностей, личностных качеств через занятие спортивным скалолазанием.

Задачи:

Образовательные:

- овладеть базовыми знаниями, умениями и навыками скалолазания;
-формировать 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.

Развивающие:

- развивать потребность здорового образа 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.

Воспитательные:

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

Программа адресована детям дошкольного возраста 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. Принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом.

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

Возраст обучающихся - 5-7 лет.

Формы организации занятий

На занятиях применяются следующие формы работы:

Теоретические занятия. Знакомят детей с историей скалолазания, его видами, правилами безопасности, снаряжением и основами гигиены. Теоретические блоки могут чередоваться с практическими или проводиться отдельно. **Подвижные и спортивные игры с элементами скалолазания**. Для дошкольников игровая форма — основа методики. Используются игры вроде «Облезь меня», «Нарисуй-ка», «Найди конфетку», эстафеты и игры с верёвкой. Такие занятия поддерживают интерес и развивают координацию.

Эстафеты. Соревновательные формы повышают мотивацию. Эстафеты могут включать лазание по коротким трассам, где дети передают эстафетную палочку или выполняют задания на определённых участках стены.

Медико-восстановительные мероприятия. Включают дыхательные упражнения, растяжку, релаксацию, чтобы помочь организму детей плавно перейти от интенсивной нагрузки к состоянию покоя.

Тестирования и контрольные занятия. Проводятся для оценки уровня освоения навыков и физической подготовленности. Могут включать выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

Соревнования и конкурсы. Проводятся в игровой форме как часть занятия. Это могут быть мини-турниры или спортивные праздники, где дети соревнуются в ловкости и соблюдении правил безопасности.

Формы проведения занятий:

- практические
- открытые
- совместные (с родителями)
- итоговые (заключительные)

Методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный (объяснение материала происходит в ходе знакомства с конкретным примером);

- поисково-творческий (творческие задания, участие детей в обсуждении, беседах);
- игровые (разнообразные формы игрового моделирования).

Структура занятий:

1. Разминка (5-7 мин).

Упражнения на разогрев и растяжку. Также включен комплекс упражнений на разминку всех суставов. Большое внимание уделяется разминке суставов рук, кистей и пальцев. После разминки и разогрева – повторение изученных упражнений на скалодроме.

2. Основная часть (10 мин).

Изучение нового материала.

3. Заключительная часть (10-13 мин).

Игры на скалодроме с инвентарем, интерактивные игры.

Форма обучения – очная.

Форма проведения занятий - групповая.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий: Занятия для обучающихся 5-7 лет проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Продолжительность занятия - 25 мин. Перерыв 10 минут.

Планируемые результаты

Знание истории развития спортивного скалолазания;
владение базовыми приемами техники и тактики в спортивном скалолазании;
физическое личностное развитие обучающихся;
сформированная потребность вести здоровый образ жизни;
коммуникабельность в общении, способность к волевой регуляции поведения;
овладение навыками в скалолазании.

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

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного материала. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся 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:

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

Педагогический контроль осуществляется для проверки и оценки уровня физической подготовки, приобретенных навыков и освоения умений и тактик индивидуального действия обучающихся, через систему контрольных заданий, показательных выступлений, спортивных соревнований,

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся в группах являются выполнение требований контрольных нормативов по ОФП, навыков скалолазания.

Формой подведения итогов реализации программы является – контрольное задание, тестирование, анкетирование, соревнование и др.

1. Предварительный контроль проводится в начале учебного года, для оценки уровня общей физической подготовленности обучающихся, осуществляется педагогом в форме тестирования «Контрольные нормативы по ОФП»

2. Промежуточный контроль проводится в середине учебного года, для оценки уровня приобретенных навыков, освоения умений и тактик индивидуального действия, с использованием комплекса контрольных упражнений (заданий) по физической подготовленности обучающихся, с учетом показателей тренировочной и соревновательной деятельности «Тесты по специальной подготовке скалолаза».

3. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года с целью проверки освоения программы обучающимися, выполнения требований контрольных нормативов по общей физической подготовке и выполнение контрольных нормативов по овладению специальной подготовке скалолаза.

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 учащегося на следующий этап обучения принимает педагогический совет. В конце учебного года проводятся открытые занятия

2 Календарно-тематическое планирование освоения содержания учебного курса

1 год обучения

п/п	Дата	Название раздела, темы	Все-го часов	Количество часов		Форма аттестации/ Контроля
				Теория	Практика	
1	02.09. 2026	Раздел: Техника безопасности Тема: Вводное занятие. Полный инструктаж по технике безопасности.	2	2	-	Беседа Педагогическое наблюдение
2	04.09. 2026	Раздел: Техника безопасности Тема: Техника безопасности и правила поведения на занятиях.	2	2	-	Беседа Педагогическое наблюдение
3	07.09. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Знакомство со скалолазанием	2	2	-	Беседа Педагогическое наблюдение
4	09.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
5	11.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Беседа Педагогическое наблюдение
6	14.09. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: скалолазное снаряжение одежда и	2	1	1	Беседа Педагогическое наблюдение

		обувь				
7	16.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Педагогическое наблюдение
8	18.09. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Знакомство с понятием «техники лазания»	2	2	-	Наблюдение в течение тренировочного процесса
9	21.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Выполнение контрольных нормативов и тестов	2	-	2	Выполнение контрольных нормативов Беседа Педагогическое наблюдение
10	23.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
11	25.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
12	28.09. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
13	30.09. 2026	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Понятие здоровья и его ценность в жизнедеятельности человека	2	2	-	Беседа Педагогическое наблюдение
Всего в сентябре 26 ч.						
14	02.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного

		физическая подготовка				процесса
15	05.10. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Беседа Наблюдение в течение тренировочного процесса
16	07.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
17	09.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
18	12.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
19	14.10. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Беседа Наблюдение в течение тренировочного процесса
20	16.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Выполнение контрольных нормативов и тестов	2	-	2	Выполнение контрольных нормативов Наблюдение в течение тренировочного процесса
21	19.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
22	21.10. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
23	23.10.	Раздел: Физическая	2	-	2	Наблюдение в

	2026	подготовка Тема: Специальная физическая подготовка				течение тренировочного процесса
24	26.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
25	28.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
26	30.10. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
Всего в октябре 26 ч.						
27	02.11. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
28	06.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
29	09.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
30	11.11. 2026	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Личная гигиена, закаливание, режим дня, профилактика различных заболеваний	2	1	1	Педагогическое наблюдение
31	13.11.	Раздел: Физическая	2	-	2	Педагогическое

	2026	подготовка Тема: Общая физическая подготовка				наблюдение
32	16.11. 2026	Раздел: Основы туристской подготовки Тема: Туризм как вид спорта и отдыха	2	2	-	Педагогическое наблюдение
33	18.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
34	20.11. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы тактической подготовки	2	-	2	Беседа Наблюдение в течение тренировочного процесса
35	23.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
36	25.11. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
37	27.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
38	30.11. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
Всего в ноябре 24 ч.						
39	02.12. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение

40	04.12.2026	Раздел: Техника безопасности Тема: Техника безопасности при проведении туристских походов, выездных мероприятий	2	2	-	Беседа. Педагогическое наблюдение
41	07.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
42	09.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
43	11.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
44	14.12.2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Средства и приемы страховки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
45	16.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
46	18.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
47	21.12.2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
48	23.12.2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса

		подготовки				
49	25.12. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
50	28.12. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
51	30.12. 2026	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
Всего в декабре 26 ч.						
52	11.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
53	13.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
54	15.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
55	18.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
56	20.01. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
57	22.01. 2027	Раздел: Основы туристской подготовки	2	1	1	Беседа Педагогическое наблюдение

		Тема: Личное и групповое туристическое снаряжение				
58	25.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
59	27.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
60	29.01. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
Всего в январе 18 ч.						
61	01.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
62	03.02. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Средства и приемы страховки	2	-	2	Беседа Педагогическое наблюдение
63	05.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
64	08.02. 2027	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Влияние утренней гимнастики и физических упражнений на развитие человека, его работоспособность и самочувствие	2	1	1	Наблюдение в течение тренировочного процесса
65	10.02.	Раздел: Физическая	2	-	2	Наблюдение в

	2027	подготовка Тема: Специальная физическая подготовка				течение тренировочного процесса
66	12.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течении тренировочного процесса
67	15.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
68	17.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
69	19.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
70	24.02. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
71	26.02. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
Всего в феврале 22 ч.						
72	01.03. 2027	Раздел: Основы туристской подготовки Тема: Характеристика естественных препятствий и способы их преодоления	2	1	1	Беседа Педагогическое наблюдение
73	03.03.	Раздел: Основы	2	-	2	Беседа

	2027	скалолазания Тема: Средства и приемы страховки				Педагогическое наблюдение
74	05.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
75	10.03. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Средства и приемы страховки	2	-	2	Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях
76	12.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
77	15.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
78	17.03. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы тактической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
79	19.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
80	22.03. 202	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
81	24.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
82	26.03.	Раздел: Физическая	2	-	2	Наблюдение в

	2027	подготовка Тема: Подвижные игры				течение тренировочного процесса
83	29.03. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
84	31.03. 2027	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм во время занятий	2	1	1	Беседа. Педагогическое наблюдение
Всего в марте 26 ч.						
85	02.04. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы тактической подготовки	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение
86	05.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
87	07.04. 2027	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Личная гигиена, закаливание, режим дня, профилактика различных заболеваний	2	1	1	Беседа. Педагогическое наблюдение
88	09.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
89	12.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение

		Тема: Подвижные игры				тренировочного процесса
90	14.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
91	16.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
92	19.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
93	21.04. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы технической подготовки	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
94	23.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
95	26.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
96	28.04. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Наблюдение в течение тренировочного процесса
97	30.04. 2027	Раздел: Основы туристской подготовки Тема: Подготовка к походу, выездному мероприятию-походная практика	2	2	-	Беседа. Педагогическое наблюдение

Всего в апреле 26 ч.						
98	05.05. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Основы тактической подготовки	2	-	2	Педагогическое наблюдение
99	07.05. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Педагогическое наблюдение
100	12.05. 2027	Раздел: Основы туристской подготовки Тема: Подготовка к походу, выездному мероприятию-походная практика	2	-	2	Педагогическое наблюдение
101	14.05. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Специальная физическая подготовка	2	-	2	Педагогическое наблюдение
102	17.05. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Педагогическое наблюдение
103	19.05. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Педагогическое наблюдение
104	21.05. 2027	Раздел: Основы скалолазания Тема: Средства и приемы страховки	2	-	2	Педагогическое наблюдение
105	24.05. 2027	Раздел: Физическая подготовка Тема: Подвижные игры	2	-	2	Педагогическое наблюдение
106	26.05. 2027	Раздел: Основы гигиены и здорового образа жизни Тема: Влияние	2	1	1	Педагогическое наблюдение

		утренней гимнастики и физических упражнений на развитие человека, его работоспособность и самочувствие				
107	28.05. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Общая физическая подготовка	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
108	31.05. 2026	Раздел: Физическая подготовка Тема: Выполнение контрольных нормативов и тестов	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
Всего в мае 22 ч.						
		Итого	**216**	**24**	**192**	

3 Воспитательная деятельность

Настоящая Рабочая программа воспитания разработана для детей в возрасте от 5 до 7 лет, обучающихся в объединении «Паучок», 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» дошкольного и младшего школьного 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 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 городские культурно-массовые мероприятия и реализовать воспитательные возможности этих мероприятий.
Процесс воспитания в объединении «Паучок» 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, 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 внутриучрежденческие дела»;
- «Воспитательная работа в объединении» (согласно индивидуальным планам работы педагога дополнительного образования);
- «Безопасность жизнедеятельности».

Основные направления воспитательной работы

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

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.

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.

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;

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;

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.

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 1)

4 Календарный учебный график

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебные дни	Количество учебные часы	Режим занятий
1 год обучения, группа № 1	02.09.2026	31.05.2027	36	216	216	3 раза в неделю, по 2 часа

5 Ресурсное обеспечение программы

Формы организации занятий

На занятиях применяются следующие формы работы:

Теоретические занятия. Знакомят детей с историей скалолазания, его видами, правилами безопасности, снаряжением и основами гигиены. Теоретические блоки могут чередоваться с практическими или проводиться отдельно. **Подвижные и спортивные игры с элементами скалолазания**. Для дошкольников игровая форма — основа методики. Используются игры вроде «Облезь меня», «Нарисуй-ка», «Найди конфетку», эстафеты и игры с верёвкой. Такие занятия поддерживают интерес и развивают координацию.

Эстафеты. Соревновательные формы повышают мотивацию. Эстафеты могут включать лазание по коротким трассам, где дети передают эстафетную палочку или выполняют задания на определённых участках стены.

Медико-восстановительные мероприятия. Включают дыхательные упражнения, растяжку, релаксацию, чтобы помочь организму детей плавно перейти от интенсивной нагрузки к состоянию покоя.

Тестирования и контрольные занятия. Проводятся для оценки уровня освоения навыков и физической подготовленности. Могут включать выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

Соревнования и конкурсы. Проводятся в игровой форме как часть занятия. Это могут быть мини-турниры или спортивные праздники, где дети соревнуются в ловкости и соблюдении правил безопасности.

Формы проведения занятий:

практические;
открытые;
совместные (с родителями);
итоговые (заключительные).

Методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный (объяснение материала происходит в ходе знакомства с конкретным примером);
- поисково-творческий (творческие задания, участие детей в обсуждении, беседах);
- игровые (разнообразные формы игрового моделирования).

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;
- страховочное устройство «восьмерка»;
- карабин с муфтой;
- дневник тренировок;
- секундомер;
- спальный мешок;
- коврик «каре мат»;
- рюкзак скальный;
- кроссовки, спортивная одежда.

Специальное снаряжение:

- тренажеры;
- зацепы с болтами и шайбами;
- веревки страховочные;
- карабины муфтованные;

- крючья скальные;
- средства для промежуточных точек страховки на скалах;
- оттяжки с карабинами;
- стационарное оборудование для верхней страховки;
- гимнастические маты;
- средства для подъема, спуска по веревке.

Бивуачное оборудование:

- палатки;
- набор котлов;
- костровое оборудование;
- газовая горелка с газовыми баллонами;
- тенты от дождя.

Санитарно-гигиеническое обеспечение

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

7 Список литературы

Основная литература:

1. Алексеев, А.А. Питание спортсмена-скалолаза: макронутриенты и гидратация / А. А. Алексеев. — Москва: Советский спорт, 2022. — 144 с.
2. Байковский, Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта / Ю. В. Байковский. — Москва: ТВТ Дивизион, 2019. — 416 с.

3. Бонд, Б. Как научиться лазать / Б. Бонд; перевод с английского. — Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2021. — 224 с.
4. Вестон, Н. Скалолазание для чайников / Н. Вестон. — Москва: Диалектика, 2023. — 352 с.
5. Волков, Н.И. Физиология спортивного скалолазания / Н.И. Волков, С. В. Михайлова. — Смоленск: СГАФКСТ, 2020. — 214 с.
6. Захарова, Л.П. Психологическая подготовка в сложном спортивном лазании / Л. П. Захарова // Теория и практика физической культуры. — 2021. — № 4. — С. 15–19.
7. Колле, М. Тренировки по скалолазанию: планирование, периодизация, профилактика травм / М. Колле. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2023. — 312 с.
8. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов / Л.П. Матвеев. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 640 с.
9. Официальные правила вида спорта «скалолазание»: утв. приказом Минспорта России от 29.12.2022 № 1124. — [Москва]: Федерация скалолазания России, 2023. — 120 с.
10. Пиратинский, А. Е. Спортивное скалолазание: теория, методика, практика : учебное пособие / А. Е. Пиратинский. — Москва: Спорт, 2021. — 368 с.
11. Смирнов, К. А. Детская безопасность на естественном рельефе / К. А. Смирнов. — Новосибирск: Альпина-Про, 2021. — 96 с.
12. Федотенкова, Т. П. Дополнительная общеобразовательная программа «Юный скалолаз» / Т. П. Федотенкова [и др.]. — Москва: Просвещение, 2022. — 112 с.
13. Хаттинг, Г. Скалолазание: полное руководство / Г. Хаттинг; перевод с английского. — Москва: Эксмо, 2022. — 288 с.
14. Шарафутдинова, Д. Р. Методика отбора детей в группы начальной подготовки по скалолазанию: автореферат дис. канд. пед. наук / Шарафутдинова Д. Р. — Казань, 2020. — 24 с.

Дополнительная литература:

1. Алексеев, А.А. Питание в спортивном походе и на соревнованиях/А.А. Алексеев. — Москва: Спорт, 2022. — 192 с.
2. Балабанов, И. В. Узлы / И. В. Балабанов. — 4-е изд., стер. — Москва: ИПО Профиздат, 2021. — 48 с.
3. Бонд, Б. Скалолазание. Полное руководство для начинающих / Б. Бонд; перевод с английского. — Москва: Эксмо, 2022. — 256 с.
4. Колчунова, Л. Н. Юные скалолазы: программа спортивной подготовки для ДЮСШ / Л. Н. Колчунова. — Москва: Спорт, 2021. — 144 с.
5. Окслэйд, К. Скалолазание. Техника и тактика / К. Окслэйд. — Москва: Мнемозина, 2020. — 128 с.

6. Питт, Р. Безопасность в горах: первая помощь и психология риска / Р. Питт. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 220 с.
7. Хаттинг, Г. Скалолазание: полное руководство / Г. Хаттинг; перевод с английского. — Москва: Эксмо, 2022. — 288 с.
8. Яшина, Е. А. Физическая подготовка скалолаза / Е. А. Яшина. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2021. — 180 с.

Интернет-ресурсы:

1. ClimbJournal: аналитика трасс, дневники тренировок, обзоры снаряжения: [сайт]. — URL: https://climb-journal.ru (дата обращения: 12.08.2026).
2. Mountain.RU: информационно-публицистический ресурс о горах и скалолазании: [сайт]. — URL: http://www.mountain.ru (дата обращения: 14.08.2026).
3. YouTube-канал proClimbing | Техника и обучение: видеозаписи мастер-классов и разбор ошибок: [канал]. — URL: https://www.youtube.com/@proClimbing (дата обращения: 19.08.2026).
4. Федерация скалолазания России: официальный портал: [сайт]. — URL: https://rusclimbing.ru (дата обращения: 14.08.2026).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД				
№ п/п	**Программные мероприятия**	**Ориентировочное время проведения**	**Ожидаемый результат**	**Ответственные**
Внутриучрежденческие мероприятия:				
1.	Мероприятия, посвященные профилактике ПДД	01-11.09.2026	Профилактика ПДД	Директор, ПДО, педагог-организатор
2.	Мероприятия, посвященные Дню отца	12-18.10. 2026	Укрепление семейных ценностей	Директор, ПДО, педагог-организатор
3.	Мероприятия, посвященные Дню матери	16 - 30.11.2026	Укрепление семейных ценностей	Директор, ПДО, педагог-организатор
4.	Соревнования по скалолазанию на призы Деда Мороза	26.12.2026	Развитие праздничной-игровой культуры детей и подростков в современных социальных условиях	Директор, ПДО, педагог-организатор
5.	Мероприятия, приуроченные к празднованию Дня защитника Отечества	15 - 26.02.2027	Воспитание чувства патриотизма в детях	Директор, ПДО, педагог-организатор
6.	Мероприятия, приуроченные к празднованию Международного дня 8 Марта	01 - 10.03.2027	Развитие праздничной-игровой культуры детей и подростков в современных социальных условиях	Директор, ПДО, педагог-организатор
7.	Месячник экологического	05 - 30.04. 2027	Экологическое воспитание.	Директор, ПДО, педагог-

	воспитания «Зеленая Планета»			организатор
8.	Мероприятия, приуроченные ко Дню окончания Второй мировой войны	03 - 16.05.2026	Воспитание чувства патриотизма в детях	Директор, ПДО, педагог-организатор
Городские мероприятия:				
11.	Первенство города Рубцовска по скалолазанию в закрытых помещениях (дисциплина – боулдеринг)	05 - 06. 12.2026	Привлечение максимального количества учащихся для занятий спортивным скалолазанием.	Директор, ПДО, педагог-организатор
12.	Соревнования по спортивному ориентированию «Парковое ориентирование»	11.04.2027	Привлечение максимального количества учащихся для занятий спортивным ориентированием.	Директор, ПДО, педагог-организатор
13.	Городские соревнования по скалолазанию в закрытых помещениях (дисциплина «Скорость»)	15.-16. 05.2027	Повышение спортивной квалификации обучающихся. Формирование сборной команды для участия в краевых соревнованиях.	Директор, ПДО, педагог-организатор
14.	Досуговые площадки	01.06 - 31.08 2027	Развитие праздничной-игровой культуры детей в летний период.	Директор, ПДО, педагог-организатор
Краевые мероприятия:				
7.	Краевой фестиваль по скалолазанию в закрытых помещениях «Вертикали»	26 - 28.03. 2027	Популяризация скалолазания и здорового образа жизни. Повышение спортивной	Директор, методисты, педагог-организатор

	г. Рубцовск		квалификации обучающихся	

«Безопасность жизнедеятельности»

№ п/п	Мероприятия модуля	Ориентировочное время проведения	Ожидаемый результат	Ответственные
1.	Инструктаж о мерах по обеспечению безопасного пребывания обучающихся в МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»	Сентябрь 2026 г.	Информированность обучающихся о мерах по обеспечению безопасного пребывания в МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»	педагог доп. образования
2.	Инструктаж о мерах пожарной безопасности	Октябрь 2026 г.	Информированность обучающихся о мерах пожарной безопасности	педагог доп. образования
3.	Инструктаж об организации мер по недопущению происшествий на водных объектах в зимний период	Декабрь 2026 г.	Информированность обучающихся о мерах по недопущению происшествий на водных объектах в зимний период	педагог доп. образования
4.	Инструктаж о мерах безопасности в случае чрезвычайной ситуации	В течение года	Информированность обучающихся о действиях в условиях чрезвычайных ситуаций	педагог доп. образования
5.	Инструктаж об усилении мер по антитеррористической защищенности	В течение года	Информированность обучающихся о мерах по антитеррористической защищенности	педагог доп. образования
6.	Инструктаж о порядке действий при угрозе	В течение года	Информированность обучающихся о порядке действий	педагог доп. образования

	совершения преступления террористической направленности		при угрозе совершения преступления террористической направленности	

Работа с родителями:

№ п/п	Программные мероприятия	Ориентировочное время проведения	Ожидаемый результат	Ответственные
1.	Родительские собрания, встречи. День открытых дверей - презентация объединений	В течение года	Готовность к совместной деятельности. Укрепление доверия	Администрация, педагоги доп. образования
2.	Беседа «Как стать другом для своего ребенка»	В течение года	развитие навыков общения	педагог доп. образования
3.	Праздничная программа, посвященная Дню отца	Октябрь 2026 г.	Укрепление семейных ценностей	педагог доп. образования
4.	Индивидуальное консультирование родителей	в течение года	Выработка конкретных решений	педагог доп. образования
5.	Беседа «Безопасность детей на дороге»	В течение года	Информированность обучающихся о безопасности детей на дороге	педагог доп. образования
6.	Представление информации родителям (законным представителям) обучающихся на официальном сайте учреждения и в социальных сетях	В течение года	Создание условий для формирования партнёрских отношений между родителями и детьми	Программист
	Праздничная программа, посвященная Международному женскому дню	Март 2026 г.	Укрепление семейных ценностей	педагог доп. образования

7.	Помощь родителей в подготовке к выставкам, соревнованиям, конкурсам, мероприятиям	в течение года	создание условий для формирования партнёрских отношений между родителями и детьми, способность к согласованному принятию совместных решений.	педагог доп. образования
Воспитательная работа в объединении:				
№ п/п	**Программные мероприятия**	**Ориентировочное время проведения**	**Ожидаемые результаты**	**Ответственные**
1	**«Мы — команда Паучок»** **Форма:** беседа, командные упражнения. **Цель:** создание доброжелательной атмосферы в объединении. **Задачи:** познакомить детей друг с другом; формировать чувство принадлежности к коллективу; воспитывать уважение, взаимопомощь и умение действовать	Сентябрь 2026	Дети знают название объединения и правила поведения; проявляют интерес к совместной деятельности; учатся общаться, договариваться и помогать друг другу.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	сообща; познакомить с правилами поведения на занятиях.			
2	**«Правила юного скалолаза»** **Форма:** игровая беседа, практическое занятие. **Цель:** формирование навыков безопасного поведения на скалодроме. **Задачи:** познакомить с правилами безопасного поведения; закрепить значение слов «каска», «верёвка», «страховочная система», «карабины», «зацепы»; воспитывать внимательность, дисциплинированность и ответственность.	Сентябрь 2026	Дети знают и соблюдают основные правила безопасности; узнают спортивное снаряжение; внимательно слушают указания педагога.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.
3	**«Ловкие, сильные, смелые»**	Октябрь 2026	Дети проявляют интерес к физической	Педагог дополнительного образования

	Форма: спортивная эстафета, игровые испытания. **Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни. **Задачи:** развивать ловкость, координацию, быстроту и выносливость; воспитывать настойчивость, смелость и стремление доводить начатое дело до конца; формировать умение соблюдать правила соревнований.		активности; стремятся преодолевать посильные трудности; соблюдают правила игры и поддерживают товарищей.	Кишко Н.В.
4	**«Скалолазы — друзья природы» Форма:** экологическая беседа, игра-путешествие, творческая работа. **Цель:** воспитание бережного отношения к природе. **Задачи:** познакомить с правилами поведения в лесу, у водоёмов и в	Октябрь 2026	Дети называют правила поведения на природе; понимают необходимость не оставлять мусор; проявляют желание заботиться об окружающей среде.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	горах; объяснить необходимость сохранять чистоту окружающей среды; воспитывать заботливое отношение к растениям и животным.			
5	**«Моя семья — моя опора»** **Форма:** беседа **Цель:** воспитание любви и уважения к членам семьи. **Задачи:** формировать представления о семейных ценностях и традициях; воспитывать уважение к старшим; побуждать детей выполнять посильные домашние поручения и помогать близким.	Ноябрь 2026	Дети рассказывают о своей семье; называют добрые дела и посильные обязанности; проявляют заботу и внимание к родным.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.
6	**«Россия — моя Родина»** **Форма:** познавательная беседа, игровая викторина,	Декабрь 2026	Дети узнают государственные символы России; могут назвать свою страну и родной край;	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	творческая мастерская. **Цель:** формирование первичных гражданско-патриотических представлений. **Задачи:** познакомить детей с флагом, гербом и гимном России; формировать понятия «Родина», «родной дом», «родной край»; воспитывать чувство любви и уважения к своей стране.		проявляют уважительное отношение к символам Отечества.	
7	**«Добрые поступки»** **Форма:** сюжетно-ролевая игра, обсуждение жизненных ситуаций. **Цель:** развитие нравственных качеств и культуры общения. **Задачи:** формировать представления о доброте, отзывчивости, вежливости и справедливости;	Декабрь 2026	Дети различают добрые и недоброжелательные поступки; используют вежливые слова; учатся мирно разрешать спорные ситуации и помогать окружающим.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	учить сопереживать, благодарить, просить прощения и оказывать посильную помощь; воспитывать миролюбие.			
8	**«Новогодняя мастерская скалолазов»** **Форма:** творческая мастерская, коллективная работа, праздничное мероприятие. **Цель:** развитие творческой активности и навыков сотрудничества. **Задачи:** учить детей работать вместе; воспитывать аккуратность, трудолюбие и ответственность за общий результат; создать праздничное настроение.	Декабрь 2026	Дети проявляют инициативу и творческие способности; умеют работать в коллективе; бережно относятся к материалам и результатам совместного труда.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.
9	**«Зимние старты»** **Форма:** спортивн	Январь 2027	Дети активно участвуют в	Педагог дополнительно

	ое развлечение, эстафеты, подвижные игры. **Цель:** укрепление здоровья и развитие физических качеств. **Задачи:** развивать силу, ловкость, быстроту и координацию; закреплять правила безопасного поведения зимой; формировать навыки командного взаимодействия и взаимовыручки.		спортивных играх; соблюдают правила безопасности; проявляют выдержку, взаимопомощь и уважение к соперникам.	го образования Кишко Н.В.
10	**«Смелые, сильные, надёжные»** **Форма:** игровая программа, полоса препятствий. **Цель:** воспитание морально-волевых качеств. **Задачи:** развивать решительность, смелость, выдержку и ответственность; воспитывать уважение к	Февраль 2027	Дети стремятся преодолевать препятствия; проявляют смелость и настойчивость; понимают значение взаимопомощи и ответственности.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	людям, которые защищают и помогают другим; формировать готовность прийти на помощь товарищу.			
11	**«Подарок для мамы и бабушки»** **Форма:** творческая мастерская, беседа. **Цель:** воспитание любви, благодарности и заботливого отношения к близким. **Задачи:** развивать творческие способности; формировать умение выражать свои чувства словами и добрыми поступками; воспитывать аккуратность и самостоятельность.	Март 2027	Дети создают подарок своими руками; проявляют заботу и внимание к мамам и бабушкам; испытывают удовлетворение от выполненной работы.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.
12	**«Дружба начинается с улыбки»** **Форма:** коммуник	Март 2027	Дети используют навыки мирного общения; проявляют	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	ативные игры, игровые ситуации. **Цель:** развитие навыков доброжелательного общения. **Задачи:** учить детей знакомиться, обращаться друг к другу с уважением, договариваться и сотрудничать; формировать умение принимать индивидуальные особенности других людей; предупреждать конфликтное поведение.		терпимость и уважение; умеют договариваться и действовать в паре или команде.	
13	**«Хочу всё знать о скалолазании!» Форма:** познавательная игра, викторина, игра-путешествие. **Цель:** расширение знаний о скалолазании и спортивном снаряжении. **Задачи:** закрепить названия основных элементов	Апрель 2027	Дети узнают и называют основные виды снаряжения; объясняют их назначение в доступной форме; проявляют познавательную активность.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	снаряжения и терминов; развивать любознательность, внимание и память; воспитывать интерес к знаниям и спортивной деятельности.			
14	**«Земля — наш общий дом» Форма:** экологическая акция, беседа, творческая работа. **Цель:** формирование экологической культуры. **Задачи:** закрепить правила бережного отношения к природе; формировать понимание личной ответственности за чистоту окружающей среды; развивать желание участвовать в добрых и полезных делах.	Апрель 2027	Дети знают доступные правила охраны природы; стремятся поддерживать чистоту; проявляют заботу о растениях, животных и окружающей среде.	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.
1	**«Пусть всегда**	Май 2027	Дети понимают	Педагог

5	**будет мир!»** **Форма:** тематическая беседа, конкурс рисунков, творческая мастерская. **Цель:** воспитание миролюбия, уважения к истории и защитникам Отечества. **Задачи:** познакомить с символами мира и Победы; формировать чувство благодарности и уважения к защитникам Родины; учить решать спорные вопросы мирным путём.		значение слов «мир», «дружба», «Победа»; проявляют уважение к истории своей страны; осознают важность добрых и мирных отношений.	дополнительного образования Кишко Н.В.
16	**«Мы — юные скалолазы!»** **Форма:** итоговый спортивно-воспитательный праздник, игровой квест, выставка достижений. **Цель:** подведение итогов воспитательной работы за учебный год.	Май 2027	Дети демонстрируют приобретённые знания и навыки; проявляют самостоятельность, уверенность и инициативность; отмечают успехи свои и товарищей; повышается сплочённость	Педагог дополнительного образования Кишко Н.В.

	Задачи: закрепить знания о правилах безопасности и скалолазании; развивать самостоятельность, инициативу и уверенность в себе; отметить личные достижения детей и успехи команды; воспитывать стремление к дальнейшему развитию.		коллектива.	
Учебное занятие (согласно индивидуальным планам рабочей программы по ДООП):				