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 2025г.

Утверждаю И.о. директора МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий» О.В. Нестеренко

Приказ № 260 «03» 69 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2025-2026 учебный год по ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ (ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ

ПРОГРАММЕ «Паучок » для объединения «Скалолазики»

«туристско-краеведческой» направленности

Возраст обучающихся — 4-7 лет Срок реализации — 1 год Автор — составитель: Рябченко Светлана Николаевна, педагог дополнительного образования

Содержание

| No | | No |
|-----|---------------------------------|----------|
| п/п | Основные разделы программы | страницы |
| 1 | Паспорт программы | 3 |
| 2 | Пояснительная записка | 4 |
| 3 | Календарно-тематический план | 8 |
| 4 | Воспитательная работа | 18 |
| 5 | Календарный учебный график | 22 |
| 6 | Учебно-методическое обеспечение | 22 |
| 7 | Список литературы | 25 |
| 8 | Приложение | 28 |

Паспорт программы

| Полное наименование | Рабочая программа по дополнительной |
|----------------------|---|
| | общеобразовательной программе (дополнительной |
| | общеразвивающей программе) «Паучок» |
| Руководитель | Рябченко Светлана Николаевна, педагог |
| | дополнительного образования |
| География реализации | МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий» г. Рубцовск, |
| | Алтайский край |
| Адресат программы | Обучающиеся 4-7 лет (дошкольного возраста) |
| Срок реализации | 1 год |
| Направленность | Туристско-краеведческая |
| программы | |
| Вид программы | Модифицированная |
| Цель программы | Создание условий для формирования у обучающихся |
| | способностей, личностных качеств через занятие |
| | спортивным скалолазанием. |
| | |
| Ожидаемые 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. |
| | |

Пояснительная записка

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.

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 «Паучок» 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 (дополнительной общеразвивающей программе) «Паучок» разработана с целью формирования устойчивой мотивации к регулярным занятиям физкультурой и 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 (дополнительной общеразвивающей программе) «Паучок» реализуется в МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий» и адресована дошкольникам. Программа рассчитана на 1 год обучения и 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 – создание условий для формирования у обучающихся способностей, личностных качеств через занятие спортивным скалолазанием.

Задачи:

1. 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.

2. 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.

3. 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.

Обучающиеся по программе

Программа адресована детям в возрасте 4-7 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 - 4-7 лет.

Форма обучения — очная; практические и теоретические учебные занятия, работа по индивидуальным планам, участие в соревнованиях, товарищеских встречах, инструкторская и судейская практика, походы, экскурсии, предусмотренные в разделах программы.

Форма занятий - групповая.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий: Занятия для обучающихся 4-7 лет проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Продолжительность занятия - 25 мин.

Ожидаемые 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 (дополнительной общеразвивающей программе) «Паучок» объединения «Скалолазики» 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, тестов, показательных выступлений, спортивных соревнований, а также сдачи зачета (очередной аттестации) на соответствующий уровень подготовленности занимающихся.

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

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 $O\Phi\Pi$ »

- 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 степени осведомленности (знаний) обучающихся, в вопросах физической культуры и спорта, в том числе вопросах, связанных с подготовкой (физической и спортивной) скалолазов при помощи тестов и экзаменационных билетов (теория), выполнения требований контрольных нормативов по общей физической подготовке и выполнение контрольных нормативов по овладению специальной подготовке скалолаза.

Результатом подведения итогов тестирования по теоретической подготовке, является зачетная система оценивания результатов. Зачет ставится, если минимальное количество положительных ответов составляет 70% от общего числа вопросов.

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.

Календарно-тематический план

| п/п | Дата | Содержание занятий | Все- | Количеств о часов | | Форма аттестации/ Контроля |
|-----|--------|--------------------------------|------|----------------------|------|-------------------------------|
| | | | ча | Teop | Пра | • |
| | | | сов | ия | ктик | |
| 1 | 01.09. | Вводное занятие. Полный | 2 | 2 | _ | Беседа |
| | 2025 | инструктаж по технике | | | | |
| | | безопасности | | | | |
| 2 | 03.09. | Техника безопасности и правила | 2 | 2 | - | Тестирование |
| | 2025 | поведения на занятиях | | | | |
| 3. | 05.09. | Личность спортсмена-скалолаза | 2 | 2 | - | Тестирование, |
| | 2025 | | | | | • |
| 4. | 08.09. | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | • | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 5. | 10.09. | Специальная физическая | 2 | - | 2 | Тестирование |
| | 2025 | подготовка | | | | • |
| 6. | 12.09. | Составляющие скалолазной | 2 | 2 | _ | Тестирование, |
| | 2025 | подготовки | | | | |

| | T | T | _ | | | _ |
|-----|----------------|--|----------|----|---|--|
| 7. | 15.09. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | |
| 8. | 17.09. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 9. | 19.09. 2025 | Выполнение контрольных нормативов и тестов | 2 | - | 2 | Тестирование |
| 10. | 22.09. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 11. | 24.09. 2025 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 12. | 26.09. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 13. | 29.09. 2025 | Профилактика различных заболеваний | 2 | 2 | - | Беседа |
| | | Всего в сентя | бре 26 י | 4. | | |
| 14. | 01.10. 2025 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 15. | 03.10. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 16. | 06.10. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 17. | 08.10. 2025 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 18. | 10.10. 2025 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 19. | 13.10. 2025 | Основы тактической подготовки | 2 | 2 | - | Тестирование, |
| 20. | 15.10. | Выполнение контрольных | 2 | - | 2 | Тестирование |

| | 2025 | нормативов и тестов | | | | |
|-----|----------------|---|-----------------|----|---|--|
| 21. | 17.10. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 22. | 20.10. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 23. | 22.10. 2025 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 24. | 24.10. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 25. | 27.10. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | 1 | 1 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 26. | 29.10. 2025 | Составляющие скалолазной подготовки | 2 | 2 | - | Беседа |
| 27. | 31.10. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| | | Всего в октяб | бре 28 ч | Ι. | | |
| 28. | 05.11. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 29. | 07.11. 2025 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 30. | 10.11. 2025 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 31. | 12.11. 2025 | Здоровье как общечеловеческая ценность. Понятие культуры ЗОЖ. | 2 | 2 | - | Беседа |
| 32. | 14.11. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного |

| | | | | | | процесса |
|-------------|--------|--|---|---|---|-----------------------------|
| 33. | 17.11. | Походная практика зиветна в | 2 | | 2 | процесса Отслеживание |
| 33. | 2025 | Походная практика - участие в выездном мероприятии | | _ | ۷ | активности в |
| | 2023 | выездном мероприятии | | | | выездном |
| | | | | | | |
| 34. | 19.11. | Специальная физическая | 2 | _ | 2 | мероприятии Наблюдение в |
| 34. | 2025 | подготовка | 2 | _ | 2 | течение |
| | 2023 | подготовка | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 35. | 21.11. | Основы тактической подготовки | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | основы такти теской подготовки | | | _ | течение |
| | 2025 | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 36. | 24.11. | Общая физическая подготовка | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | 4 | _ | | _ | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 37. | 26.11. | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 38. | 28.11. | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| | | Всего в нояб | 1 | | | 1_ |
| 39. | 01.12. | Основы психологической | 2 | 2 | - | Тестирование, |
| 1.0 | 2025 | подготовки | | | | |
| 40. | 03.12. | Техника безопасности при | 2 | 2 | - | Беседа. |
| | 2025 | проведении туристских походов, | | | | Тестирование |
| 4.1 | 05.10 | выездных мероприятий | | | | TT 6 |
| 41. | 05.12. | Общая физическая подготовка | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| 42 | 09.12 | Потручительно | 2 | | 2 | процесса |
| 42. | 08.12. | Подвижные игры | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2023 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| 43. | 10.12. | Специальная физическая | 2 | | 2 | процесса Наблюдение в |
| 43. | 2025 | подготовка | | _ | ۷ | таолюдение в |
| | 2023 | подготовка | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 44. | 12.12. | Основы технической подготовки | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | основы технической подготовки | | | 2 | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | тренирово шого |

| | | | | | | процесса |
|-----|----------------|-----------------------------------|----------|------------|---|--|
| 45. | 15.12. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного |
| 46. | 17.12. 2025 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | процесса Наблюдение в течение |
| 47. | 19.12. | Специальная физическая | 2 | _ | 2 | тренировочного процесса Наблюдение в |
| 77. | 2025 | подготовка | 2 | - | 2 | течение тренировочного процесса |
| 48. | 22.12. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 49. | 24.12. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 50. | 26.12. 2025 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 51. | 29.12. 2025 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| | | Всего в декаб | бре 26 ч | [. | ' | |
| 52. | 12.01. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 53. | 14.01. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 54. | 16.01. 2026 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 55. | 19.01. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |

| 56. | 21.01. 2026 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного |
|-----|----------------|--|----------|---|---------|---|
| 57. | 23.01. | Vanagranuariuga aananii iy nijan | 2 | | 2 | процесса Беседа |
| 37. | 2026 | Характеристика основных видов туризма. | 2 | _ | <i></i> | Тестирование, |
| 58. | 26.01. | Общая физическая подготовка | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2025 | 1 | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | _ | | _ | процесса |
| 59. | 28.01. | Подвижные игры | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного процесса |
| 60. | 30.01. | Подвижные игры | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| 00. | 2-26 | подвижные игры | 2 | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| | | Всего в янва | ре 18 ч | • | | |
| 61. | 02.02. | Специальная физическая | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | подготовка | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| 62. | 04.02. | Сполотро и приоми отпомории | 2 | | 2 | процесса |
| 02. | 2026 | Средства и приемы страховки | 2 | - | 2 | Тестирование |
| 63. | 06.02. | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 64. | 09.02. | Соревнования в скалолазании | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| 65. | 11.02. | Основы технической подготовки | 2 | | 2 | процесса Наблюдение в |
| 05. | 2026 | Основы технической подготовки | 2 | _ | <i></i> | течение |
| | 2020 | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 66. | 13.02. | Специальная физическая | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | подготовка | | | | течении |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 67. | 16.02. | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| 68. | 18.02. | Подвижные игры | 2 | | 2 | процесса Наблюдение в |
| 00. | 10.02. | подвижные игры | <u> </u> | _ | | 11аолюдение в |

| | 2026 | | | | T | течение |
|-------|--------|--------------------------------|----------|----------|---|----------------------------|
| | 2020 | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 69. | 20.02. | Специальная физическая | 2 | | 2 | Наблюдение в |
| 0). | 2026 | подготовка | 2 | _ | | течение |
| | 2020 | подготовка | | | | |
| | | | | | | тренировочного |
| 70. | 25.02. | Основы технической подготовки | 2 | | 2 | процесса Наблюдение в |
| 70. | 2026 | Основы технической подготовки | 2 | - | | течение |
| | 2020 | | | | | |
| | | | | | | тренировочного процесса |
| 71. | 27.02. | Специальная физическая | 2 | | 2 | Наблюдение в |
| /1. | 2026 | подготовка | 2 | _ | | течение |
| | 2020 | подготовка | | | | |
| | | | | | | тренировочного |
| | | Всего в февра | опо 22 г | - | | процесса |
| 72. | 02.03. | Походная практика - участие в | 2 | _ | 2 | Отслеживание |
| 12. | 2026 | выездном мероприятии | 2 | _ | | активности в |
| | 2020 | выездном мероприятии | | | | выездном |
| | | | | | | мероприятии |
| 73. | 04.03. | Средства и приемы страховки | 2 | _ | 2 | Тестирование |
| / 3. | 2026 | Средетва и присмы страховки | 2 | | | Тестирование |
| 74. | 06.03. | Общая физическая подготовка | 2 | | 2 | Наблюдение в |
| ' ' ' | 2026 | общия физилеския подготовки | | | | течение |
| | 2020 | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 75. | 11.03. | Соревнования в скалолазании | 2 | | 2 | Отслеживание |
| , | 2026 | Copesitosamist s enarromanisti | _ | | _ | соревновательной |
| | 2020 | | | | | активности, |
| | | | | | | результативности |
| | | | | | | выступлений на |
| | | | | | | соревнованиях |
| 76. | 13.03. | Подвижные игры | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | r r | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 77. | 16.03. | Общая физическая подготовка | 2 | _ | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 78. | 18.03. | Основы тактической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | | | | | течение |
| | | | | | | тренировочного |
| | | | | | | процесса |
| 79. | 20.03. | Специальная физическая | 2 | - | 2 | Наблюдение в |
| | 2026 | подготовка | | | | течение |
| | • | • | | | | • |

| | | | | | | тренировочного |
|-----|----------------|--|----------|---|---|--|
| | | | | | | процесса |
| 80. | 23.03. 2026 | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 81. | 25.03. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение |
| | 2020 | | | | | тренировочного процесса |
| 82. | 27.03. 2026 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 83. | 30.03. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| | | Всего в мар | те 24 ч. | | | |
| 84. | 01.04. 2026 | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм во время тренировок | 2 | 2 | - | Беседа. Тестирование, |
| 85. | 03.04. 2026 | Основы тактической подготовки | 2 | - | 2 | Тестирование |
| 86. | 06.04. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 87. | 08.04. 2026 | Факторы, влияющие на работоспособность организма и самочувствие | 2 | 2 | - | Беседа. Тестирование, |
| 88. | 10.04. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 89. | 13.04. 2026 | Подвижные игры | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 90. | 15.04. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Тестирование |
| 91. | 17.04. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Наблюдение в течение тренировочного процесса |
| 92. | 20.04. | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Тестирование |

| | 2026 | | | | | |
|-----|----------------|--|---------|---|---|---|
| 93. | 22.04. 2026 | Соревнования в скалолазании | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 94. | 24.04. 2026 | Специальная физическая подготовка | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 95. | 27.04. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 96 | 29.04. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| | | Всего в апре | ле 26 ч | • | | |
| 97. | 04.05. 2026 | Походная практика - участие в выездном мероприятии | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 98. | 06.05. 2026 | Основы тактической подготовки | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 99. | 08.05. 2026 | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях |
| 100 | 13.05. 2026 | Походная практика - участие в выездном мероприятии | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной |

| 2026 | | | | | | | |
|---|-----|--------|-------------------------------|---------|----|-----|---|
| 101 | | | | | | | , |
| 15.05 Специальная физическая 2 - 2 Тестирование, зачет 102 18.05 Подвижные игры 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 2 - 2 Тестирование, зачет 2026 105 25.05 Специальная физическая 2 - 2 Тестирование, зачет 2026 106 27.05 Соревнования в скалолазании 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 2 - 2 Слача контрольных нормативов и тестов 108 30.05 Походная практика - участие в 2 - 2 Слача контрольных нормативов и тестов 108 30.05 Походная практика - участие в 2 - 2 Стележивание соревновательной активности, результативности, результа | | | | | | | 1 - |
| 101 15.05. 2026 Специальная физическая подготовка 2 - 2 Тестирование, зачет соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 104 22.05. 2026 Основы технической подготовки 2 - 2 Тестирование, зачет соревнованиях 105 25.05. 2026 Специальная физическая подготовки 2 - 2 - 2 Тестирование, зачет соревнования зачет соревнования в скалолазании 2 - 2 Тестирование, зачет соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 106 27.05. 2026 Соревнования в скалолазании 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревновательной активности, результативности выступлений на соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 108 30.05. Походная практика - участие в выездном мероприятии 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности выступлений на соревнованиях | | | | | | | 1 |
| 102 | | | | | | | - |
| 2026 Соревновательной активности, результативности выступлений на соревновательной активности, результативности выступлений на соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях | 101 | | _ | | - | | Тестирование, зачет |
| 2026 Соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях | 102 | | Подвижные игры | 2 | - | 2 | соревновательной активности, результативности выступлений на |
| 2026 | 103 | | Общая физическая подготовка | 2 | - | 2 | соревновательной активности, результативности выступлений на |
| 2026 ПОДГОТОВКА 106 27.05. Соревнования в скалолазании 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 107 29.05. Выполнение контрольных нормативов и тестов 108 30.05. Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности, результативности, результативности, результативности выступлений на соревнованиях 107 29.05. 108 30 | 104 | | Основы технической подготовки | 2 | - | 2 | Тестирование, зачет |
| 2026 Соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 107 29.05. Выполнение контрольных нормативов и тестов 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности, результативности, результативности, результативности выступлений на соревнованиях 108 30.05. Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 109 30.05 Выездном мероприятии 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 109 30.05 Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 100 30.05 Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях 109 30.05 Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях | 105 | | _ | 2 | - | 2 | Тестирование, зачет |
| 2026 нормативов и тестов нормативов 108 30.05. Походная практика - участие в 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях Всего в мае 24 ч. | 106 | | Соревнования в скалолазании | 2 | - | 2 | соревновательной активности, результативности выступлений на |
| 108 30.05. Походная практика - участие в 2026 2 - 2 Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на соревнованиях Всего в мае 24 ч. | 107 | | _ | 2 | - | 2 | Сдача контрольных нормативов |
| Всего в мае 24 ч. | 108 | 30.05. | Походная практика - участие в | 2 | - | 2 | Отслеживание соревновательной активности, результативности выступлений на |
| | | 1 | Всего в ма | е 24 ч. | l | 1 | 1 |
| | | | Итого | 216 | 24 | 192 | |

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 товарищам;
- знать основы самоконтроля и восстановления после нагрузок.

Воспитательная работа

Настоящая Рабочая программа воспитания разработана для детей в возрасте от 4 до 7 лет, обучающихся в объединении «Скалолазики», 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 «Паучок» туристскокраеведческой направленности.

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

Для обучающихся объединения «Скалолазики» дошкольного и мл. школьного возраста (4-7 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.
- реализовывать воспитательный потенциал руководства педагогом дополнительного образования, вверенного ему объединения, объединений поддерживать активное участие В жизни Учреждения;
- 12) Вовлекать обучающихся в городские культурно-массовые мероприятия и реализовать воспитательные возможности этих мероприятий.

Процесс воспитания в объединении «Скалолазики» 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 «Паучок» 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 «Паучок», 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».

3.1.Основные направления воспитательной работы

Воспитательная работа в объединении «Скалолазики» 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.

3.3доровьесберегающая 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 ценностносмысловой 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 1)

5. Календарный учебный график

| Год | Дата | Дата | Всего | Количество | Количество | Режим |
|------------|------------|------------|---------|------------|------------|----------|
| обучения, | начала | окончания | учебных | учебные | учебные | занятий |
| № группы | обучения | обучения | недель | дни | часы | |
| | по | по | | | | |
| | программе | программе | | | | |
| 1 год | 01.09.2025 | 30.05.2026 | 36 | 216 | 216 | 3 раза в |
| обучения, | | | | | | неделю, |
| группа № 1 | | | | | | по 2 |
| | | | | | | часа |

6.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;
- 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 общеобразовательной дополнительной (дополнительной программы общеразвивающей программы) «Паучок» объединения «Скалолазики» 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, $1978.-102~\mathrm{c}.$
- 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, $1999.-174~\mathrm{c}.$
- 6. Подгорбунских, З.С., Пиратинский, А.Е. Техника спортивного скалолазания / З.С. Подгорбунских, А.Е. Пиратинский. Екатеринбург, УГТУ УПИ, 2000. 219 с.
- 7. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и методические указания / Под ред. А.Е. Пиратинского. М.: ФСР, 2002. 273 с.
 - 8. Спортивное скалолазание- http://www.rusclimbing.ru.
- 9. Федотенкова, Т.П., Федотенков, А.Г., Чистякова, С.Г., Чистяков, С.А. Юные скалолазы / Авторская программа. М., 2003. 48 с.

Список дополнительной литературы для педагога

- 1. Вашляева, И. В. Основы методики самостоятельного освоения знаний для занятий физическими упражнениями [Текст]: учебное пособие / И. В. Вашляева, Н. А. Романова, Н. Н. Шуралева; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. гос. экон. ун-т. Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2017. 99 с. http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/17/p489282.pdf
- 2. Гусева, А.А. Вегетативный статус и функциональное состояние сердца юных скалолазов: автореферат дис. ... кандидата медицинских наук: 14.00.09, 14.00.51 / 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
- 4 Железняк, Ю.Д., Петров, П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования/Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. 7-е изд.,стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2014. 288с.
- 5. Колчанова, В.П. Совершенствование подготовки начинающих скалолазов 9- 12 лет. Магистерская диссертация: АФК им. П.Ф. Лесгафта. Санкт- Петербург.
- 6. Кризи, М. Скалолазание. Курс тренировок от А до Я / М. Кризи. М.: Эксмо, 2017. Петербург, 2001. юных скалолазов. М., 2003. -123с.
- 7. Кудрявцев, И. С., Козловских, И. С., Микушин, М. В. Методы воспитания скоростно-силовой выносливости у студентов. [Электронный ресурс]: учебно-

- методическое пособие. Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2019. 115 Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492907.pdf
- 8. Линн, Хилл Скалолазание моя свобода / Хилл Линн. М.: Нестор-История, 2017. 240c.
- 9. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учеб. пособие для СПО / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева. М.: Издательство Юрайт, 2019; Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. 96 с. (Серия : Профессиональное образование).
- 10. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А.Б.Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко, А.Ю. Близневский, С.К. Рябинина. М.: Издательство Юрайт 2014. 424с.
- 11. Окслейд, К. Скалолазание [Текст] / Крис Окслэйд; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. Москва: Мнемозина, 2009. 32 с.: ил. (Экстремальные виды спорта = 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. Синицын, С. Е. Основы скалолазания. [Электронный ресурс]: учебнометодическое пособие/С.Е. Синицын, Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. 51c. 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. 100c.
- 15. Хаттинг, Г. Скалолазание. Базовое руководство по снаряжению и техническому оснащению / Г. Хаттинг. М.: Гранд-Фаир, 2017.- 160с.
- 17. Хилл, Линн Скалолазание моя свобода. Моя жизнь в вертикальном мире/Линн Хилл при участии Грэга Чайлда; предисл. Джона Лонга; [пер. с англ. А. Г. Штукенберга]. Санкт-Петербург: Нестор-История: Трамонтана, 2012. 235, [1] с.: ил.; [12] л.: цв. ил. Пер. изд.
- 18. Шкер Роб, Браунинг Рэй. Серьезные тренировки для спортсменов на выносливость: Пер. с англ. Мурманск: Издательство Тулома, 2007. 328с.

Список литературы для обучающихся и родителей

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

Интернет-ресурсы

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

ПРИЛОЖЕНИЕ

План воспитательной работы объединения «Скалолазики» на 2025-2026 учебный год «Ключевые дела МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»

| Дела | Целевая аудитория | Ориентировочное время проведения | Ответственные |
|-----------------------|----------------------|----------------------------------|-----------------|
| Мероприятия, | Дети | Сентябрь 2025 | Данилюк И.А. |
| посвященные | 7 | 0 4111110 p. 2 0 2 0 | Ижицкая М.В. |
| профилактике ПДД | | | Рябченко С.Н. |
| Мероприятия, | Дети | Ноябрь 2025 | Ижицкая М.В. |
| посвященные Дню | | | Нестеренко О.В. |
| матери | | | Рябченко С.Н. |
| Соревнования по | Дети, родители | Декабрь 2025 | Рябченко С.Н. |
| скалолазанию на призы | | | Иванова Н.В. |
| Деда Мороза | | | Сергеева С.Н. |
| Мероприятия, | Дети | Февраль 2026 | Ижицкая М.В. |
| приуроченные к | | 1 | Нестеренко О.В. |
| празднованию Дня | | | Рябченко С.Н. |
| защитника Отечества | | | |
| Викторина «МЫ | Дети | Февраль 2026 | Ижицкая М.В. |
| ЗНАЕМ – МЫ | | 1 | Нестеренко О.В. |
| ПОМНИМ!», | | | Рябченко С.Н. |
| посвященная дню | | | |
| памяти о россиянах, | | | |
| исполняющих | | | |
| служебный долг за | | | |
| пределами Отечества. | | | |
| Мероприятия, | Дети | Март 2026 | Ижицкая М.В. |
| приуроченные к | | | Нестеренко О.В. |
| празднованию | | | Рябченко С.Н, |
| Международного дня 8 | | | |
| Марта | | | |
| Мероприятия, | Дети | Май 2026 | Ижицкая М.В. |
| приуроченные ко Дню | | | Нестеренко О.В. |
| окончания Второй | | | Рябченко С.Н. |
| мировой | | | |
| войны | | | |

Краевые, окружные, городские культурно-массовые мероприятия

| Дела, события, | Целевая | Ориентировочное | Ответственные |
|---------------------|-----------|------------------|-----------------|
| мероприятия | аудитория | время проведения | |
| Туристский слет | Дети, | Сентябрь 2025 | Ответственный: |
| «Поход героев» | родители | | Карелин М.В. |
| посвященный | | | Данилюк И.А. |
| празднованию Дня | | | Нестеренко О.В. |
| города | | | Ижицкая М.В. |
| | | | Зимин А.А. |
| Первенство города | Дети | Декабрь 2025 | Ответственный: |
| Рубцовска по | | _ | Данилюк И.А. |
| скалолазанию в | | | Нестеренко О.В. |
| закрытых | | | Ижицкая М.В |
| помещениях | | | Сергеева С.Н. |
| (дисциплина – | | | Зимин А.А. |
| боулдеринг) | | | Карелин М.В. |
| Городские | Дети | Май 2026 | Ответственный: |
| соревнования по | | | Данилюк И.А. |
| скалолазанию в | | | Нестеренко О.В. |
| закрытых | | | Ижицкая М.В. |
| помещениях | | | Сергеева С.Н. |
| (дисциплина | | | |
| «Скорость») | | | |
| Городской военно- | Дети | Май 2026 | Ответственный: |
| патриотический слет | | | Карелин М.В. |
| «Подвиг | | | Данилюк И.А. |
| победителей», | | | Нестеренко О.В. |
| посвященный | | | Ижицкая М.В. |
| празднованию | | | Зимин А.А. |
| Победы в ВОВ | | | |
| Краевой фестиваль | Дети | Март 2026 | Ответственный: |
| по скалолазанию в | | _ | Данилюк И.А. |
| закрытых | | | Нестеренко О.В. |
| помещениях | | | Ижицкая М.В. |
| «Вертикали» | | | Сергеева С.Н. |
| | | | Карелин М.В. |
| | | | Зимин А.А. |

«Гражданско-патриотическое воспитание»

| Дела, события, мероприятия | Целевая аудитория | Ориентировочное время | Ответственные |
|-------------------------------|----------------------|--------------------------|---------------|
| | | проведения | |
| Участие в | Дети | В течение года | Педагоги- |

| праздничных мероприятиях, посвященных Дню защитника Отечества | | | организаторы, Рябченко С.Н. |
|--|-----------------------------------|----------------|--|
| Проведение бесед к юбилейным датам воинской славы | Дети | В течение года | Педагоги- организаторы, Рябченко С.Н. |
| Участие в патриотических акциях, митингах, конкурсах, смотрах, посвященных Великой Победе | Дети | В течение года | Педагоги- организаторы, Рябченко С.Н. |
| Участие в тематических мероприятиях, выставках, конкурсах, викторинах «Моя малая Родина», посвященных образованию Алтайского края | Дети | В течение года | Педагоги- организаторы, Рябченко С.Н. |
| Просветительская деятельность по истории города: -Проведение выездных экскурсий - Проведение экскурсий по памятным местам нашего города - Посещение краеведческого музея | Дети | В течение года | Педагоги- организаторы, Рябченко С.Н. |
| Привлечение родителей, обучающихся к организации и проведению | Дети, родители, общественность | В течение года | Директор, зам. директора по УВР, педагоги- организаторы, |

| мероприятий по | | | Рябченко С.Н. |
|--------------------|------|----------------|-------------------|
| гражданско – | | | Иванова Н.В. |
| патриотическому | | | Сергеева С.Н. |
| воспитанию | | | |
| (родительские | | | |
| собрания, | | | |
| конференции, | | | |
| встречи, концерты | | | |
| и др.). | | | |
| Проведение | Дети | В течение года | Директор, |
| инструктажей о | | | зам. директора по |
| мерах безопасности | | | УВР, |
| при перевозках | | | педагоги- |
| организованных | | | организаторы, |
| групп детей | | | Рябченко С.Н. |

Работа с родителями

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