



ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА

ДЕПАРТАМЕНТ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА «ПИОНЕР»

«Утверждаю»
Директор ГАУ ДО ТО «ДТис «Пионер»
Н.И. Тужик
« 17 » 04 2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС»

Возраст обучающихся: 4-6 лет

Нормативный срок освоения программы: 1 год

Авторы-составители:
Жукова Н.М., методист

Принята на заседании методического совета
ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»
Протокол № 6 от 17.04.2026 г.

Тюмень, 2026 г.

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»:

1.1. Паспорт программы.....	3
1.2. Пояснительная записка.....	4
1.3. Цель и задачи программы	7
1.4. Планируемые результаты.....	8
1.5. Содержание программы.....	9

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1. Учебный план.....	12
2.2. Календарный учебный график.....	12
2.3. Методические материалы.....	13
2.4. Требования техники безопасности в процессе реализации программы.	18
2.5. Рабочая программа воспитания.....	23
2.6. Календарный план воспитательной работы.....	26
3.1. Формы аттестации.....	34
3.2. Оценочные материалы.....	36

Раздел № 3 «Ресурсное обеспечение»:

3.3. Условия реализации программы.....	40
3.4. Перечень информационного, кадрового и материально-технического обеспечения реализации программы.....	40
Список литературы.....	43

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования»

1.1. Паспорт программы

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС» содержит один уровень – стартовый, в объеме 72 часа. Периодичность проведения занятий - 2 раза в неделю по 45 минут.

Уровень сложности	Описание уровня, планируемых результатов освоения программы	Формы организации образовательной деятельности, наполняемость групп	Нормативный срок освоения программы (срок реализации каждого уровня)	Возраст обучающихся, адресат деятельности
Стартовый	На обучение по программе «Скалолазание КИДС» принимаются дети от 4 до 6 лет без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам. Занятия направлены на физическое развитие ребенка: укрепление мышц, связок, улучшение моторики, координации и равновесия. Повышение пластичности, гибкости и выносливости. Укрепляется мышечный корсет плечевого пояса, спины и живота, решается проблема осанки. Ребенок преодолевает препятствия различной сложности, осваивая азы скалолазания и развивая свое тело. Нагрузки подбираются индивидуально. В результате освоения программы, обучающиеся научатся передвигаться по скалодрому и выполнять лазание по простым маршрутам с применением гимнастической и верхней страховки, организуемой педагогом, при соблюдении правил безопасного поведения на занятиях.	Мелкогрупповая от 6 человек.	1 год (36 учебных недель)	4-6 лет

1.2. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС» (далее по тексту — Программа) разработана для детей дошкольного возраста и направлена на физическое развитие, укрепление здоровья, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и освоение первоначальных навыков скалолазания в безопасных условиях.

Скалолазание является эффективным средством развития основных физических качеств ребенка. Занятия способствуют укреплению мышц, развитию координации движений, чувства равновесия, ловкости, гибкости, выносливости, пространственной ориентировки, внимания, дисциплинированности и уверенности в себе. Для детей дошкольного возраста особое значение имеет игровая форма организации занятий, эмоциональная насыщенность деятельности и обязательное соблюдение требований безопасности.

Актуальность. Занятия направлены на физическое развитие ребенка: укрепление мышц, связок, улучшение моторики, координации и равновесия. Ребенок преодолевает препятствия различной сложности. Дети сами выбирают маршрут, учатся принимать решение, развивают логическое и пространственное мышление. Вместе с этим у ребенка улучшается реакция. С целью успешного освоения дисциплины педагог применяет различные методы организации и проведения занятий. Программа ориентирована не на спортивный результат, а на общее физическое развитие ребенка, на создание ситуации успеха для каждого обучающегося. Содержание программы включает общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку и техническую подготовку с учетом возрастных возможностей дошкольников.

Новизна программы заключается в адаптации содержания скалолазания к возрастным особенностям детей 4–6 лет. В данной программе воспитание, развитие и обучение представлены комплексно. Обучающиеся занимаются скалолазанием на стартовом уровне, где дети осваивают первоначальные навыки и техники скалолазания. Занятия проходят в игровой форме, с учётом особого подхода к каждому ребенку. Занятия проходят весь год в теплом спортивном зале и в специальном кабинете, оборудованном скалодромом для детей дошкольного возраста. Работа с детьми организована с вовлечением родителей в совместную деятельность (участие в мастер-классах, квизах, квестах, вне сетки часов).

Скалолазание, и альпинизм в целом – уникальный вид спорта, сочетающий в себе физические нагрузки и развитие логического мышления, развивает личностные качества, учит настойчивости, целеустремлённости, собранности, взаимопониманию.

Программа разработана, на основе следующих документов:

«Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (изм. от 28.12.2024).

Федеральный закон от 28 декабря 2024 г. № 550-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О молодежной политике в Российской Федерации».

Федеральный закон от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ «О молодежной

политике в Российской Федерации».

Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (ред. от 30.11.2024 г.).

Федеральный закон от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (изм. 26.12.2024 г.).

Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» (изм. 23.11.2024 г.).

Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных» (ред. от 28.12.2024 г.).

Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (изм. 28.12.2024 г.).

Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018 – 2027 годы.

Указ Президента России от 07 мая 2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года.

Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Распоряжение Правительства Тюменской области от 16 апреля 2021 г. № 273-рп «Об утверждении Плана мероприятий до 2027 года по реализации в Тюменской области мероприятий в рамках Десятилетия детства».

Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации» (изм. от 21.10.2024 г.).

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации (с изм. 22.10.2024 г.).

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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» (изм. 30.08.2024 г.).

Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Постановление Правительства РФ от 14 мая 2021 г. № 732 «Об утверждении требований к антитеррористической защищенности объектов (территорий), предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления, и формы паспорта безопасности объектов (территорий) стационарного типа, предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления» (изм. 15.06.2022 г.).

Постановление Правительства РФ от 16 сентября 2020 г. № 1479 «Об

утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации» (изм. 30.03.2023 г.).

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (изм. 21.04.2023 г.).

Приказ Минпросвещения России от 02 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Письмо Минпросвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 августа 2015 г. № АК-2563/05 «Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

Региональный уровень:

Закон Тюменской области от 7 мая 1998 г. № 24 «О защите прав ребенка» (изм. 20.09.2024 г.).

Постановление Правительства Тюменской области от 1 октября 2021 г. № 616-п «О государственном социальном заказе на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов государственной власти Тюменской области» (изм. 27.11.2023).

Постановление Правительства Тюменской области от 3 декабря 2018 г. № 454-п «Об утверждении государственной программы Тюменской области «Развитие физической культуры, спорта и дополнительного образования» и признании утратившими силу некоторых нормативных правовых актов» (с изм. 15.12.2023 г.).

Паспорт регионального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации в Тюменской области» (01.01.2021 - 31.12.2025 гг.).

Направленность, основной вид деятельности, краткая характеристика предмета, его значимость.

Направленность программы - физкультурно-спортивная. Основной вид деятельности по программе - физкультурно-оздоровительная и развивающая деятельность средствами скалолазания.

Занятия скалолазанием направлены на физическое и личностное развитие детей 4–6 лет, укрепление здоровья, повышение двигательной активности, развитие координации движений, гибкости, силы, ловкости и

выносливости. В процессе занятий у детей формируются такие качества, как настойчивость, самостоятельность, инициативность, смелость, уверенность в своих силах, выдержка и умение доводить начатое действие до конца.

Скалолазание для детей дошкольного возраста является эффективным средством всестороннего развития, так как сочетает физическую нагрузку, элементы познавательной активности и решение простых двигательных задач. В ходе занятий ребенок учится ориентироваться в пространстве, выбирать удобный способ движения, удерживать равновесие, согласовывать движения рук и ног, действовать внимательно и по инструкции педагога.

Основной задачей программы является обучение детей 4–6 лет первоначальным навыкам скалолазания, развитие общей и специальной физической подготовленности, формирование интереса к занятиям физической культурой и воспитание культуры безопасного поведения на занятиях.

Наряду с упражнениями общей физической подготовки в программе используются специальные подготовительные упражнения, направленные на развитие силы, координации, гибкости, равновесия и общей выносливости в объеме, доступном возрастным особенностям обучающихся.

Значительное место в программе занимает техническая подготовка. В процессе занятий дети осваивают первоначальные способы передвижения по скалодрому, учатся правильно ставить руки и ноги на зацепы, сохранять устойчивое положение тела, выполнять простые технические элементы и последовательно решать несложные двигательные задачи, возникающие в процессе лазания.

Скалолазание как средство физического воспитания имеет высокую значимость для детей дошкольного возраста, поскольку способствует гармоничному развитию организма, укреплению мышечного корсета, формированию правильной осанки, развитию двигательной активности, внимания, дисциплинированности и положительного отношения к регулярной физической активности.

1.3. Цели и задачи программы

Цель программы - создание условий для физического развития детей 4–6 лет средствами скалолазания, формирования интереса к двигательной активности, освоения первоначальных навыков лазания, развития основных физических качеств и воспитания культуры безопасного поведения на занятиях.

Задачи

1. Обучающие:

- приобретение знаний в области скалолазания;
- приобретение технических навыков;
- обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки, самообразованию.

2. Развивающие:

- развитие творческого мышления детей;
- развитие эмоциональности и коммуникативности;
- развитие мотивации личности ребенка к преодолению препятствий.

3. Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;

- воспитание системы контроля над своим поведением, рефлексии своих действий.

1.4. Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения программы обучающимися формулируются в соответствии с целью и задачами программы и являются основанием для определения качества освоения ее содержания.

Предметные результаты

В результате освоения программы «Скалолазание КИДС» обучающиеся будут:

- знать первоначальные сведения о скалолазании как виде двигательной активности;
- знать правила поведения и техники безопасности на занятиях;
- знать назначение основного оборудования и снаряжения, используемого на занятиях по скалолазанию;
- знать простейшие способы передвижения по скалодрому;
- уметь выполнять доступные возрасту общеразвивающие и специальные упражнения скалолазов;
- уметь применять приобретенные навыки при прохождении простых скалолазных маршрутов;
- уметь правильно ставить руки и ноги на зацепы, сохранять устойчивое положение тела при лазании;
- уметь выполнять элементарные действия со снаряжением в объеме, доступном возрасту и под контролем педагога;
- уметь самостоятельно надевать страховочную систему с помощью педагога, пристегивать карабин по образцу и под контролем педагога;
- приобретут первоначальные технические навыки лазания и безопасного поведения на скалодроме.

Метапредметные результаты

В результате освоения программы, обучающиеся будут:

- уметь слушать и понимать инструкции педагога;
- уметь действовать по образцу и по правилам;
- приобретать первоначальные навыки самостоятельной и коллективной работы на занятиях;
- проявлять элементы самоконтроля при выполнении упражнений в доступной возрасту форме;
- приобретать первоначальные навыки самооценки своих действий с помощью педагога;
- уметь решать простые двигательные задачи в процессе лазания;
- развивать творческое мышление при выборе способов преодоления несложных препятствий;
- развивать эмоциональную отзывчивость и коммуникативные качества в совместной деятельности;
- проявлять стремление к преодолению посильных трудностей и доведению начатого действия до конца.

Личностные результаты

В результате освоения программы, обучающиеся будут:

- проявлять интерес к занятиям скалолазанием и двигательной активности;
- развивать основные физические качества в соответствии с возрастными особенностями;
- проявлять уверенность в своих силах при выполнении доступных упражнений;
- формировать основы общей культуры поведения на занятиях и в коллективе;
- учиться соблюдать правила безопасного поведения;

- проявлять дисциплинированность, аккуратность и организованность;
- развивать навыки общения и доброжелательного взаимодействия со сверстниками и педагогом;
- приобретать первоначальный опыт контроля своего поведения и действий;
- учиться оценивать свои действия и результаты в доступной возрасту форме;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.

1.5. Содержание программы

Объем программы составляет 72 академических часа. Нормативный срок освоения программы 1 год.

Программа рассчитана на детей от 4 до 6 лет, без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам. Тренировки направлены на развитие выносливости, координации, гибкости, техники лазания и скоростных качеств.

Данная образовательная программа состоит из двух компонентов: теоретических и практических занятий, которые включают в себя такие разделы, как общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка и техническая подготовка. Вышеуказанные разделы развивают у обучающихся физические качества, выносливость, координационные способности.

Форма обучения – очная.

Форма реализации - с применением дистанционных образовательных технологий.

В случае карантина, активированных дней предусмотрен переход на дистанционное обучение. При этом в учебный план и календарный учебный график вносятся соответствующие корректировки в части форм обучения, соотношения часов теории и практики, сроков и дат изучения отдельных тем. В случае реализации программы с использованием дистанционных технологий образовательный процесс организуется в форме видеоуроков (которые педагог предварительно готовит в соответствии с темой), с использованием приложения для ВКС (для отслеживания в режиме реального времени выполнения обучающимися заданий). При необходимости педагогом проводятся индивидуальные онлайн-консультации. Видеоуроки отправляются обучающимся по электронной почте, при помощи социальных сетей.

Обучение осуществляется на основе цифровых образовательных ресурсов, разрабатываемых с учетом требований законодательства.

Педагог создает обучающий курс на основе программы, наполняя его содержимым в виде лекций, звуковых и видео-файлов, презентаций, тестовых заданий и т.д. с учётом изменений и нововведений, произошедших за период массового внедрения цифровых технологий, и учитывает изменившиеся условия образовательной деятельности.

Контроль выполнения заданий фиксируется посредством фотоотчетов, видеоотчетов, размещаемых детьми и (или родителями) по итогам занятия в группе в социальных сетях или направленных по электронной почте.

Практические занятия преимущественно осваиваются очно, в непосредственном контакте с педагогом.

Организация обучения при использовании дистанционных образовательных технологий основывается на принципах:

- общедоступности, индивидуализации обучения, помощи и наставничества;
- адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию

разных дидактических моделей проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий;

- гибкости, дающий возможность участникам образовательного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;
- модульности, позволяющий использовать обучающемуся и преподавателю необходимые им отдельные составляющие учебного курса для реализации индивидуальных учебных планов;
- оперативности и объективности оценивания учебных достижений обучающихся.

Набор обучающихся осуществляется на добровольной основе, по заявлению родителей или законных представителей ребенка. Обучение ведется на русском языке.

Практические занятия преимущественно осваиваются очно, в непосредственном контакте с педагогом.

На сайте учреждения размещены аннотации к рабочим программам по дисциплинам.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка (4 часа)

Теория (4 ч.)

Правила поведения и техники безопасности на занятиях. Гигиена спортивной тренировки. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Виды скального рельефа, виды зацеп.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (47 часов)

Теория (5 ч.)

Понятие общей физической подготовки. Значение общей физической подготовки для занятий скалолазанием. Сила как физическое качество человека. Быстрота как физическое качество человека. Выносливость как физическое качество человека. Гибкость как физическое качество человека. Координационные способности. Понятие ловкости. Значение упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, быстроты, координации движений и равновесия.

Практика (42 ч.)

Общеразвивающие упражнения для рук, ног, мышц спины и живота. Ходьба и бег в различных направлениях. Прыжки, приседания, наклоны, упражнения на укрепление мышц корпуса. Упражнения на развитие силы, быстроты, гибкости, ловкости и выносливости. Упражнения на равновесие, координацию движений и ориентировку в пространстве. Подвижные игры, игровые упражнения, эстафеты. Упражнения на гимнастической стенке, перекладине, рукоходе и других доступных возрасту снарядах под непосредственным контролем педагога. Упражнения на развитие силы хвата, мышц рук, ног и корпуса в объеме, доступном возрастным особенностям обучающихся.

Раздел 3. Техническая подготовка (21 час)

Теория (5 ч.)

Краткая характеристика техники лазания. Понятие зацепа, его формы, расположение и использование. Основы техники работы рук и ног при лазании. Способы передвижения по скалодрому. Правила безопасного лазания. Значение страховки в обеспечении безопасности занятий. Знакомство со страховочной системой, карабином и другим снаряжением, используемым на занятиях. Элементарные действия со снаряжением в объеме, доступном возрасту обучающихся, под контролем педагога.

Практика (16 ч.)

Освоение правильной постановки рук и ног на зацепах. Отработка первоначальных приемов лазания. Передвижение вверх, траверсом и вниз по простым маршрутам. Выполнение простых технических элементов на скалодроме. Освоение безопасных способов передвижения по скалодрому. Выполнение элементарных действий со страховочной системой и карабином под контролем педагога. Прохождение несложных скалолазных маршрутов с учетом индивидуальных возможностей обучающихся. Лазание с организацией гимнастической и верхней страховки, осуществляемой педагогом.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебный план дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС»

Уровень сложности	дисциплины (модули, разделы)	количество академических часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
Стартовый уровень	Теоретическая подготовка	4	4	-	выполнение контрольных нормативов
	Общая физическая подготовка	47	5	42	
	Техническая подготовка	21	5	16	
		72	14	58	

2.2. Календарный учебный график

Уровень сложности	Сроки реализации, кол-во учебных недель в год	кол-во ч/нед	Кол-во занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин)
Стартовый уровень	36 недель (с 1 сентября по 31 мая)	2	2 занятия в неделю по расписанию по 45 минут

2.3. Методические материалы

Принципы и методы, технологии обучения

Реализация Программы осуществляется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей 4–6 лет. Методическое обеспечение программы направлено на создание безопасных, эмоционально благоприятных и педагогически целесообразных условий для физического развития обучающихся, формирования первоначальных навыков лазания, развития двигательной активности, самостоятельности и интереса к занятиям скалолазанием.

В основе реализации программы лежат следующие принципы обучения:

- принцип доступности — подбор упражнений, заданий и способов их выполнения осуществляется в соответствии с возрастом, уровнем физической подготовленности и индивидуальными возможностями детей;
- принцип систематичности и последовательности — освоение учебного материала строится от простого к сложному, от знакомого к новому, с постоянным повторением и закреплением ранее изученного;
- принцип наглядности — обучение строится с активным использованием показа педагогом упражнений, демонстрации правильных положений тела, движений рук и ног, а также использования наглядных материалов;
- принцип сознательности и активности — обучающиеся включаются в выполнение заданий осознанно, с пониманием простых правил и требований педагога, в доступной возрасту форме;
- принцип индивидуального подхода — педагог учитывает особенности физического развития, темп усвоения материала, уровень координации, эмоциональное состояние и степень готовности каждого ребенка;
- принцип игровой направленности — значительная часть материала осваивается в игровой форме, что соответствует возрастным особенностям дошкольников и способствует сохранению устойчивого интереса к занятиям;
- принцип безопасности — все упражнения, формы организации деятельности и методы обучения применяются при строгом соблюдении требований техники безопасности, с обязательным контролем со стороны педагога;
- принцип вариативности — в процессе занятий используются разнообразные упражнения, игровые задания, способы организации деятельности, позволяющие поддерживать мотивацию и учитывать индивидуальные особенности детей;
- принцип эмоционального комфорта и поддержки — педагог создает доброжелательную атмосферу, ситуацию успеха, поддерживает уверенность ребенка в собственных силах и положительное отношение к занятиям.

В процессе реализации программы используются следующие методы обучения:

Словесные методы:

- объяснение;
- рассказ;
- беседа;
- инструктаж;
- словесное поощрение;
- напоминание правил и последовательности выполнения упражнений.

Наглядные методы:

- показ педагогом способов выполнения упражнений;
- демонстрация правильной постановки рук и ног на зацепах;
- использование наглядных пособий, карточек, иллюстраций, видеоматериалов;

- зрительное сопровождение маршрутов и двигательных заданий.

Практические методы:

- выполнение общеразвивающих упражнений;
- выполнение специальных подводящих упражнений;
- выполнение упражнений на развитие координации, равновесия, гибкости, силы;
- отработка первоначальных приемов лазания;
- повторное выполнение двигательных действий;
- выполнение игровых заданий на скалодроме и на полу.

Игровые методы:

- подвижные игры;
- сюжетно-ролевые игровые задания;
- игровые упражнения на преодоление препятствий;
- эстафеты;
- упражнения с соревновательными элементами в облегченной, возрастосообразной форме.

Методы стимулирования и мотивации:

- создание ситуации успеха;
- педагогическая поддержка;
- поощрение;
- использование игровых персонажей, сюжетов, образов;
- включение занимательных и посильных заданий.

Основными формами организации деятельности на занятиях являются:

- групповая работа;
- индивидуальная работа;
- парная работа;
- выполнение упражнений по образцу;
- совместная деятельность педагога и обучающихся;
- самостоятельное выполнение простых двигательных действий под контролем педагога.

С целью успешного освоения программы педагог использует следующие образовательные технологии:

Игровые технологии

Игровая технология является ведущей в работе с детьми дошкольного возраста. Она позволяет сделать процесс обучения эмоционально привлекательным, доступным и результативным. Освоение двигательных действий, развитие физических качеств, формирование интереса к занятиям и навыков взаимодействия со сверстниками происходит через игру, игровые упражнения, образные задания и двигательные ситуации.

Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии направлены на укрепление здоровья обучающихся, соблюдение рациональной двигательной нагрузки, чередование активности и отдыха, предупреждение переутомления, формирование навыков безопасного поведения и положительного отношения к физической активности. На занятиях обязательно проводятся разминка, упражнения на восстановление дыхания, упражнения на расслабление и соблюдаются санитарно-гигиенические требования.

Личностно-ориентированные технологии

Личностно-ориентированный подход позволяет учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его физические возможности, уровень подготовленности, эмоциональное состояние, темп освоения материала. Педагог подбирает задания с учетом возможностей обучающегося, создает ситуацию успеха,

поддерживает уверенность ребенка и положительную мотивацию к занятиям.

Технология дифференцированного обучения

Дифференцированный подход реализуется через вариативность заданий, различный уровень сложности упражнений, дозирование нагрузки, индивидуальную помощь педагога и выбор способов выполнения двигательных действий в зависимости от возможностей ребенка.

Информационно-коммуникационные технологии

Информационно-коммуникационные технологии применяются при необходимости в рамках сопровождения программы с использованием дистанционных образовательных технологий. Они используются для размещения теоретических и информационных материалов, консультаций для родителей, демонстрации видеоматериалов, направленных на формирование представлений о правилах безопасности, здоровом образе жизни и организации двигательной активности детей.

Технология сотрудничества

Технология сотрудничества реализуется в процессе совместной деятельности педагога, обучающихся и родителей (законных представителей). Она способствует формированию доброжелательных взаимоотношений, навыков взаимодействия, взаимопомощи, соблюдения правил коллективной работы и поддержки интереса ребенка к занятиям.

Методика обучения по программе строится на сочетании словесных, наглядных, практических и игровых методов. Обучение первоначальным навыкам лазания осуществляется поэтапно: от знакомства с оборудованием и правилами безопасности — к освоению простейших общеразвивающих и специальных упражнений, далее — к формированию первоначальных технических навыков передвижения по скалодрому.

При организации занятий педагог:

- использует показ и объяснение каждого упражнения;
- обеспечивает страховку и контроль безопасности;
- дозирует нагрузку с учетом возраста и состояния обучающихся;
- чередует различные виды двигательной активности;
- организует повторение и закрепление изученного материала;
- поддерживает положительный эмоциональный фон занятия;
- взаимодействует с родителями по вопросам поддержки двигательной

активности ребенка.

С учетом указанных принципов, методов и технологий обучения содержание программы реализуется через разделы общей физической и технической подготовки, каждый из которых имеет свои методические особенности. В группе стартового уровня обучения детей 4–6 лет основное внимание уделяется развитию основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации движений и общей выносливости. Общая физическая подготовка является важной основой для последующего освоения первоначальных навыков скалолазания, так как способствует укреплению мышечного корсета, развитию равновесия, улучшению осанки, ориентировки в пространстве и повышению общей двигательной активности ребенка.

Основной задачей общей физической подготовки является развитие физических качеств, обучающихся с помощью общеразвивающих и подводящих упражнений, доступных возрастным особенностям детей дошкольного возраста.

В процессе занятий используются следующие средства общей физической подготовки:

- общеразвивающие упражнения для мышц рук, ног, спины и брюшного пресса;
- упражнения на развитие координации движений и равновесия;

- упражнения на гибкость и подвижность суставов;
- упражнения на развитие быстроты реакции и ловкости;
- подвижные игры, игровые упражнения, эстафеты;
- упражнения на преодоление простых двигательных препятствий;
- упражнения на гимнастической стенке, перекладине, рукоходе и других доступных возрасту снарядах под контролем педагога;
- лазание по простым маршрутам и траверсам как средство комплексного развития всех групп мышц.

Примеры упражнений, используемых в разделе ОФП:

Для мышц рук:

- сгибание и разгибание рук в упоре;
- висы в облегченных условиях;
- упражнения на перекладине и гимнастической стенке;
- удержание положения в упоре.

Для мышц ног:

- приседания;
- полуприседания;
- подъемы на опору;
- прыжки на двух ногах;
- шаги на возвышение.

Для мышц брюшного пресса:

- поднимание ног из положения лежа;
- поднимание туловища из положения лежа;
- удержание положения корпуса в игровых упражнениях.

Для мышц спины:

- упражнения из положения лежа на животе с подниманием рук и ног;
- упражнения на укрепление мышц спины в игровой форме.

Для развития всех групп мышц:

- лазание вверх по легким маршрутам;
- лазание траверсом;
- преодоление несложных двигательных полос препятствий.

Развитие быстроты осуществляется с помощью:

- бега на короткие дистанции;
- игровых упражнений на скорость реакции;
- прыжков;
- многоскоков;
- упражнений на быструю смену направления движения.

Развитие выносливости осуществляется в доступной возрасту форме посредством:

- длительной ходьбы;
- чередования ходьбы и бега;
- подвижных игр;
- непродолжительного лазания по простым маршрутам;
- повторения двигательных заданий в умеренном темпе.

Развитие гибкости осуществляется с помощью упражнений на растягивание, наклоны, повороты, махи, сгибание и разгибание, выполняемых в игровой форме и без избыточной нагрузки.

Развитие ловкости и координации осуществляется с помощью:

- упражнений на равновесие;
- ходьбы по ограниченной опоре;
- смены направления движения;
- лазания по гимнастической стенке;

- выполнения перекрестных движений рук и ног;
- упражнений на ориентировку в пространстве.

В теоретическом блоке раздела обучающиеся знакомятся с доступными возрасту представлениями о силе, скорости, гибкости, выносливости и ловкости, а также узнают о значении физических упражнений для здоровья и правильного развития организма.

Техническая подготовка

Техническая подготовка в программе для детей 4–6 лет направлена на формирование первоначальных умений и навыков безопасного передвижения по скалодрому, правильной постановки рук и ног на зацепах, сохранения устойчивого положения тела и выполнения доступных возрасту технических элементов лазания.

Цель технической подготовки — сформировать у обучающихся первоначальные представления о технике лазания и создать основу для уверенного, безопасного и координированного выполнения простых двигательных действий на скалодроме.

Техническая подготовка осуществляется с помощью словесных, наглядных и практических методов обучения. Педагог объясняет и показывает способы выполнения движений, после чего обучающиеся закрепляют их в процессе практических упражнений и игровых заданий.

Основными задачами технической подготовки являются:

- ознакомление с элементарными приемами лазания;
- обучение правильной работе рук и ног;
- формирование навыков удержания равновесия;
- обучение безопасному передвижению по скалодрому;
- формирование первоначальных навыков выполнения простых маршрутов;
- знакомство со страховочной системой и элементарными действиями со снаряжением под контролем педагога.

Основные элементы технической подготовки:

Техника работы рук:

- правильная постановка рук на зацепы;
- смена рук на зацепке;
- выполнение простых перехватов;
- согласование движений рук с положением корпуса.

Техника работы ног:

- правильная постановка ног на зацепы;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- удержание устойчивого положения тела;
- выполнение простых движений ногами при подъеме и траверсе.

Способы передвижения по скалодрому:

- передвижение вверх по простым маршрутам;
- передвижение траверсом;
- спуск лазанием вниз в безопасной форме по команде педагога;
- прохождение коротких несложных маршрутов с учетом индивидуальных возможностей ребенка.

В процессе занятий обучающиеся осваивают простые технические действия, учатся действовать по инструкции педагога, выбирать удобную опору, координировать движения рук и ног, сохранять равновесие и доводить выполнение задания до конца.

В теоретическом блоке раздела изучаются:

- краткие сведения о технике лазания;
- понятие зацепа, его формы и расположения;
- основы работы рук и ног при лазании;

- способы передвижения по скалодрому;
- правила безопасного поведения на скалодроме;
- значение страховки в обеспечении безопасности занятий;
- первоначальные сведения о страховочной системе, карабине и другом снаряжении, используемом на занятиях.

Лазание на занятиях осуществляется с применением гимнастической и верхней страховки, организуемой педагогом, при обязательном соблюдении правил безопасного поведения.

2.4. Требования техники безопасности в процессе реализации программы

Инструктаж по технике безопасности обучающихся проводит педагог не реже двух раз в год — в сентябре (вводный) и в январе (повторный). Для обучающихся, пропустивших инструктаж по уважительной причине, - в день выхода на занятия; для обучающихся, поступивших в течение учебного года — в первый день их занятий. Этот инструктаж включает в себя: информацию о режиме занятий, правилах поведения, обучающихся во время занятий, во время перерывов в помещениях, на территории учреждения, инструктаж по пожарной безопасности, по электробезопасности, правила поведения в случае возникновения чрезвычайной ситуации, по правилам дорожно- транспортной безопасности, безопасному маршруту в учреждение и т.д. (инструкция 1)

Непосредственно перед каждым занятием по дисциплине скалолазание проводится *промежуточный инструктаж* в соответствии с инструкцией 2, который напоминает обучающимся о безопасном поведении на занятиях по дисциплине скалолазание.

Инструкция 1

Инструкция по технике безопасности для обучающихся ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»

Общие правила поведения для обучающихся Дворца устанавливают нормы поведения в здании и на территории учреждения.

Обучающиеся должны бережно относиться к имуществу, уважать честь и достоинство других обучающихся и работников Дворца и выполнять правила внутреннего распорядка:

- соблюдать расписание занятий, не опаздывать и не пропускать занятия без уважительной причины. В случае пропуска предупредить педагога;
- приходить в опрятной одежде, предназначенной для занятий, иметь сменную обувь;
- соблюдать чистоту во Дворце и на территории вокруг него;
- беречь здание Дворца, оборудование и имущество;
- экономно расходовать электроэнергию и воду во Дворце;
- соблюдать порядок и чистоту в раздевалке, туалете и других помещениях Дворца;
- принимать участие в коллективных творческих делах Дворца;
- уделять должное внимание своему здоровью и здоровью окружающих.

Всем обучающимся, находящимся во Дворце, ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- использовать в речи нецензурную брань;

- наносить моральный и физический вред другим обучающимся;
- бегать вблизи оконных проемов и др. местах, не предназначенных для игр;
- играть в азартные игры (карты, лото и т.д.);
- приходить во Дворец в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения. Курить во Дворце, приносить и распивать спиртные напитки (в том числе пиво), употреблять наркотические вещества
- входить во Дворец с большими сумками (предметами), с велосипедами, колясками, санками и т.п., а также в одежде, которая может испачкать одежду других посетителей, мебель и оборудование Дворца;
- приносить во Дворец огнестрельное оружие, колющие, режущие и легко бьющиеся предметы, отравляющие, токсичные, ядовитые вещества и жидкости, бытовые газовые баллоны;
- пользоваться открытым огнём, пиротехническими устройствами (фейерверками, бенгальским огнём, петардами и т.п.);
- самовольно проникать в служебные и производственные помещения Дворца;
- наносить ущерб помещениям и оборудованию Дворца;
- наносить любые надписи в зале, фойе, туалетах и других помещениях;
- складировать верхнюю одежду на стульях в вестибюлях 1-го и 2-го этажей;
- выносить имущество, оборудование и другие материальные ценности из помещений Дворца;
- находиться в здании Дворца в выходные и праздничные дни (в случае отсутствия плановых мероприятий, занятий).

Требования безопасности перед началом и во время занятий:

- Находиться в помещении только в присутствии педагога;
- соблюдать порядок и дисциплину во время занятий;
- не включать самостоятельно приборы и иные технические средства обучения;
- поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте;
- при работе с острыми, режущими инструментами надо соблюдать инструкции по технике безопасности;
- размещать приборы, материалы, оборудование на своем рабочем месте таким образом, чтобы исключить их падение или опрокидывание;
- при обнаружении каких-либо неисправностей в состоянии используемой техники, прекратить работу и поставить в известность педагога;

Правила поведения во время перерыва между занятиями:

- Обучающиеся обязаны использовать время перерыва для отдыха.
- Во время перерывов (перемен) обучающимся запрещается шуметь, мешать отдыхать другим, бегать по лестницам, вблизи оконных проёмов и в других местах, не приспособленных для игр; - толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем; - употреблять непристойные выражения и жесты в адрес любых лиц, запугивать, заниматься вымогательством. - производить любые действия, влекущие опасные последствия для окружающих
- Во время перемен обучающимся не разрешается выходить из учреждения без разрешения педагога (тренера-преподавателя).

На территории образовательного учреждения:

- Запрещается курить и распивать спиртные напитки во Дворце на его

территории.

- Запрещается пользоваться осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.

Правила поведения для обучающихся во время массовых мероприятий:

- Во время проведения соревнований, конкурсов, экскурсий, походов и т.д. обучающийся должен находиться со своим педагогом и группой.
- Обучающиеся должны строго выполнять все указания педагога при участии в массовых мероприятиях, избегать любых действий, которые могут быть опасны для собственной жизни и для жизни окружающих.
- Одежда и обувь должна соответствовать предполагаемому мероприятию (соревнованию, конкурсу, экскурсии, походам).
- При возникновении чрезвычайной ситуации немедленно покинуть Дворец через ближайший выход.

Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке, без паники.
- В случае травматизма обратиться к педагогу за помощью.
- При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу или другому работнику учреждения.

Правила поведения детей и подростков в случае возникновения пожара:

- При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить педагогу.
- При опасности пожара находиться возле педагога. Строго выполнять его распоряжения.
- Не поддаваться панике. Действовать согласно указаниям работников учебного заведения.
- По команде педагога эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам.
- При выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом.
- Старшеклассники должны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.

Внимание! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения воспитанникам не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) обучающиеся обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

Правила поведения детей и подростков по электробезопасности:

- Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети.
- Отключение прибора производится в обратной последовательности. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.
- Перед включением проверьте исправность розетки сети, вилку и сетевой шнур на отсутствие нарушения изоляции.
- Прежде чем включить аппарат внимательно ознакомьтесь с руководством по

эксплуатации, и помните о мерах предосторожности:

- Не загораживайте вентиляционные отверстия, они необходимы для предотвращения перегрева;
- Во избежание несчастных случаев не включайте аппарат при снятом корпусе.
- При прекращении подачи тока во время работы с электрооборудованием или в перерыве работы, отсоедините его от электросети.
- Запрещается разбирать и производить самостоятельно ремонт самого оборудования, проводов, розеток и выключателей.
- Не подходите к оголенному проводу и не дотрагивайтесь до него (может ударить током.)
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой. В случае возгорания электроприборов немедленно сообщите педагогу и покиньте помещение.

Правила для детей и подростков по дорожно-транспортной безопасности:

Правила безопасности для обучающихся по пути движения во Дворец и обратно:

- Когда идете по улицам, будьте осторожны, не торопитесь. Идите только по тротуару или обочине подальше от края дороги. Не выходите на проезжую часть улицы или дороги.
- Переходите дорогу только в установленных местах, на регулируемых перекрестках на зеленый свет светофора. На нерегулируемых светофором установленных и обозначенных разметкой местах соблюдайте максимальную осторожность и внимательность. Даже при переходе на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны - может ехать нарушитель ПДД.
- Не выбегайте на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
- Переходите улицу только по пешеходным переходам. При переходе дороги сначала посмотрите налево, а после перехода половины ширины дороги направо.
- Когда переходите улицу, следите за сигналом светофора: красный СТОП - все должны остановиться; желтый - ВНИМАНИЕ - ждите следующего сигнала; зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.
- Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.
- Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом - помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.

Действия при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство:

1. Признаки, которые могут указать на наличие взрывного устройства:
 - наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изолянты;
 - подозрительные звуки, щелчки, тиканье часов, издаваемые предметом;
 - от предмета исходит характерный запах миндаля или другой необычный запах.
2. Причины, служащие поводом для опасения:
 - нахождение подозрительных лиц до обнаружения этого предмета.
3. Действия:
 - не трогать, не поднимать, не передвигать обнаруженный предмет!
 - не пытаться самостоятельно разминировать взрывные устройства или

переносить их в другое место!

- воздержаться от использования средств радиосвязи, в том числе мобильных телефонов вблизи данного предмета;
- немедленно сообщить об обнаруженном подозрительном предмете администрации учреждения;
- зафиксировать время и место обнаружения подозрительного предмета;
- по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь, по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора).

4. Действия администрации при получении сообщения об обнаруженном предмете похожего на взрывное устройство:

- убедиться, что данный обнаруженный предмет по признакам указывает на взрывное устройство;
- по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора);
- немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в правоохранительные органы;
- необходимо организовать эвакуацию постоянного состава и учащихся из здания и территории учреждения, минуя опасную зону, в безопасное место.

Далее действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

Инструкция 2 Инструктаж по технике безопасности на скалодроме (непосредственно перед занятием по дисциплинам):

1. У всех используемых карабинов должна быть закручена муфта.

Направление закручивания муфты — ВНИЗ.

2. Кольца (ювелирные изделия) могут повредить Ваши пальцы, поэтому их нужно снять.

3. Допускается лазание только в спортивной обуви (кроссовки, кеды) или в специальной обуви (скальные туфли).

4. Длинные волосы должны быть заправлены в короткий "хвостик".

5. Страховочная система должна быть надета правильно, лямки и ремни расправлены и не перекручены,

ПРЯЖКА ПОЯСА ЗАСТЕГНУТА НА 3 РАЗА.

6. Перед началом лазания убедись в готовности напарника к страховке ("Страховка готова?" и получи подтверждение готовности — "Готова!"). Перед каждым подъемом ЕЩЕ РАЗ УБЕДИСЬ, что тебя страхуют.

7. При срыве и спуске развернись лицом к стенке, отталкивайся от нее ногами и не цепляйся руками.

8. Запрещается прием пищи и жевание жевательной резинки.

9. Не рекомендуется сильно кричать и эмоционально жестикулировать, т.к. вас могут понять неправильно.

10. Лазание выше 1 метра должно осуществляться со страховкой.

11. В случае нарушения внешней оплетки веревки ЗАПРЕЩАЕТСЯ ее дальнейшая эксплуатация.

12. Запрещается использование индивидуальной страховочной системы, со сроком эксплуатации более 5 лет.

13. Запрещается скидывать сверху различные предметы, включая снаряжение, все должно быть, привязано к веревке и аккуратно спущено.

14. Запрещается использование самодельного

снаряжения для осуществления страховки.

15. Запрещается плевать. Запрещается бросаться вещами, они могут навредить людям, которые находятся под вами;

16. Запрещается вставлять пальцы в проушины, которыми оборудован скалодром.

17. Запрещается находиться без самостраховки выше 2 метров над землей

Для проведения тренировок используется только сертифицированное снаряжение UIAA. Международный союз альпинистских ассоциаций (фр. Union Internationale des Associations d'Alpinisme, сокр. UIAA) — организация, представляющая собой объединение 88 национальных альпинистских объединений и организаций (федераций, ассоциаций, клубов) из 76 стран мира, которая представляет миллионы альпинистов во всем мире. Генеральный офис UIAA находится в Берне, Швейцария.

Международный союз альпинистских ассоциаций признан Международным олимпийским комитетом как организация, представляющая альпинизм. Так же, в проведении мероприятий участвуют только квалифицированные инструкторы и тренеры по альпинизму и скалолазанию, которые проведут инструктаж по технике безопасности непосредственно перед началом занятий.

2.5. Рабочая программа воспитания

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС» организует воспитательную работу в коллективе обучающихся на основе программы воспитательной работы учреждения, принятой на заседании методического совета ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер».

Программа воспитания, за счет предусмотренных в ней направлений и форм работы, дополняет общеразвивающую программу и учитывается при ее реализации как в содержании программного материала, так и при планировании мероприятий за рамками учебного плана, позволяет комплексно подойти к решению образовательных, развивающих и воспитательных задач, поставленных перед учреждением дополнительного образования в современных условиях.

Воспитательная работа по программе строится с учетом возрастных особенностей детей 4–6 лет, специфики физкультурно-спортивной направленности, условий организации занятий на скалодроме, необходимости формирования у детей основ культуры поведения, безопасного образа жизни, уважительного отношения к окружающим, положительного отношения к двигательной активности и здоровью.

Цель

Создание условий для личностного развития детей 4–6 лет, формирования у них основ общей культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни, положительного отношения к физической активности, навыков общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми средствами занятий скалолазанием.

Задачи

- формирование у обучающихся общей культуры поведения, дисциплинированности и организованности;
- формирование у детей привычки к соблюдению правил безопасного

поведения на занятиях и в повседневной жизни;

- воспитание уважительного отношения к педагогу, сверстникам, родителям и окружающим;
- формирование интереса к занятиям физической культурой, двигательной активности и здоровому образу жизни;
- развитие коммуникативных качеств, доброжелательности, взаимопомощи и навыков взаимодействия в коллективе;
- создание условий для эмоционального благополучия, успешной адаптации и положительной социализации ребенка;
- развитие уверенности в себе, настойчивости, аккуратности и стремления доводить начатое действие до конца;
- вовлечение родителей (законных представителей) в воспитательный процесс и формирование единого подхода к воспитанию и развитию ребенка.

Приоритетные направления деятельности

Программа воспитания включает в себя следующие направления:

1. Формирование общей культуры личности обучающихся

Направлено на воспитание культуры поведения, аккуратности, дисциплинированности, уважительного отношения к правилам, педагогу, сверстникам и окружающим.

2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни

Направлено на формирование у детей представлений о пользе двигательной активности, значении физической культуры, соблюдении правил личной гигиены, режима дня и безопасного поведения на занятиях и в быту.

3. Духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание

Направлено на воспитание доброжелательности, уважения к старшим, заботливого отношения к близким, любви к семье, Родине, формирование положительного отношения к общечеловеческим и традиционным российским духовно-нравственным ценностям.

4. Развитие коммуникативной культуры и навыков взаимодействия

Направлено на формирование умения общаться, договариваться, действовать в паре и группе, соблюдать очередность, поддерживать друг друга, принимать помощь педагога и взаимодействовать со сверстниками.

5. Взаимодействие с родителями (законными представителями)

Направлено на повышение педагогической культуры родителей, информирование по вопросам физического развития ребенка, безопасного поведения, поддержки интереса к двигательной активности, а также привлечение родителей к участию в мероприятиях объединения.

6. Формирование основ информационной культуры и безопасного поведения в информационной среде

Направлено на информирование родителей по вопросам безопасного использования цифровой среды детьми дошкольного возраста, а также на формирование у семьи ответственного отношения к информационной

безопасности ребенка.

Сквозные воспитательные ориентиры программы

Воспитательная работа в рамках программы способствует формированию у обучающихся:

- интереса к физической культуре и двигательной активности;
- уважительного отношения к окружающим;
- навыков безопасного поведения;
- основ здорового образа жизни;
- положительного эмоционального отношения к занятиям;
- опыта совместной деятельности;
- уверенности в своих силах;
- аккуратности, настойчивости и дисциплинированности.

Формы и методы воспитательной работы

Формы воспитательной работы:

- беседы;
- игровые ситуации;
- подвижные игры;
- тематические занятия;
- открытые занятия;
- спортивно-досуговые мероприятия;
- мастер-классы;
- совместные мероприятия с родителями;
- участие в мероприятиях учреждения;
- индивидуальные и групповые консультации для родителей.

Методы воспитательной работы:

- словесные (беседа, объяснение, напоминание, поощрение);
- наглядные (показ, демонстрация, иллюстрация примеров правильного поведения);
- практические (выполнение правил поведения в реальной деятельности, участие в совместных упражнениях, игровых заданиях и мероприятиях);
- игровые (сюжетно-ролевые и двигательные игры, игровые упражнения на взаимодействие и сотрудничество);
- стимулирующие (создание ситуации успеха, поддержка, похвала, одобрение).

Особенности реализации воспитательной работы

Воспитательная работа осуществляется:

- в процессе учебных занятий;
- в ходе общения педагога с обучающимися;

- при проведении открытых занятий и досуговых мероприятий;
- через взаимодействие с родителями (законными представителями);
- в рамках мероприятий учреждения.

Содержание воспитательной работы реализуется преимущественно в игровой, эмоционально благоприятной и наглядной форме, соответствующей возрастным особенностям детей 4–6 лет.

Основными средствами воспитательной работы являются:

- личный пример педагога;
- соблюдение единых требований к поведению обучающихся;
- игровая деятельность;
- создание ситуации успеха;
- поддержка инициативы ребенка;
- организация совместной деятельности детей и взрослых;
- взаимодействие с семьей.

Планируемые результаты воспитательной работы

В результате реализации рабочей программы воспитания, обучающиеся будут:

- проявлять интерес к занятиям скалолазанием и физической культурой;
- соблюдать правила поведения на занятиях;
- учиться соблюдать правила безопасного поведения;
- проявлять дисциплинированность, аккуратность и организованность;
- проявлять доброжелательное отношение к сверстникам и взрослым;
- развивать навыки общения и взаимодействия в совместной деятельности;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни;
- приобретать первоначальный опыт коллективной деятельности;
- проявлять уверенность в себе при выполнении доступных заданий;
- формировать основы общей культуры поведения.

2.6. Календарный план воспитательной работы

Сроки проведения мероприятий и условия участия в них конкретизируются непосредственно в течение учебного года положениями об этих мероприятиях.

/п	Основные направления	Виды деятельности	Дата	Место проведения	Ответственный
·	Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявления и поддержки талантливых детей и молодежи:	Участие в международных, всероссийских, областных, конкурсах, фестивалях, выставках. Участие в мероприятиях, проводимых в учреждении: - День открытых дверей, - Новогоднее представление - Концерт к 23 февраля - Концерт к 8 марта - Концерт к дню Победы - День защиты детей. - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Роль семьи в развитии способностей ребёнка Творчество – как отражение внутреннего мира ребёнка Особенности семейного воспитания одарённого ребёнка	В течение года	г. Тюмень г. Тюмень	Тренер-преподаватель
·	Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений	Проведение инструктажа и бесед по технике безопасности и общим требованиям в учреждении. Беседы: - «О здоровом образе жизни». - «Правила безопасного поведения в спортивном зале и на скалодроме».	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель

	несовершеннолетних, детского дорожно-транспортного травматизма:	- «О здоровом образе жизни». - «Зачем нужна зарядка, движение и спорт». - «Правила личной гигиены спортсмена». - «Правила личной безопасности дома, на улице и в учреждении». - «Опасные и подозрительные предметы: что делать ребенку». - «Безопасность зимой». - «Правила обращения с петардами, бенгальскими огнями и другими опасными предметами». Игровое занятие «Я соблюдаю правила безопасности». Игровое занятие «Полезные привычки». Организация активного отдыха в каникулярный период. Проведение веселых стартов. Проведение подвижных игр и спортивных досугов. Совместные спортивные мероприятия с родителями. Дружеские игровые спортивные встречи с другими объединениями ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер».	1 раз в квартал (январь, апрель)	ДТиС «Пионер»	
	Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей	-Беседа «Порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций». -Беседа «Требования безопасности при обнаружении подозрительного предмета». «Действие при обнаружении подозрительного предмета»	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель

	культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма, включая мероприятия по антитеррористической направленности:	Просмотр видеоролика по профилактике терроризма «Это должен знать каждый: твоя школа безопасности» - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Психолого-педагогические условия патриотического воспитания в семье.			
	Восстановление социального статуса ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и включение его в систему общественных отношений.	Посещение и участие в творческих конкурсах и фестивалях, напр., фестиваль «Будущее для всех». Ведение индивидуальной работы с семьями и обучающимися с ОВЗ, требующими дополнительного педагогического внимания. Ведение с детьми «Портфолио» с целью обучить самостоятельности и навыкам самооценки, собрать информацию о динамике продвижений с использованием необходимых установок-мотиваторов: «Я могу», «Мы вместе». Организация экскурсий, обучающихся и их родителей в музеи, выставочные залы, к памятникам архитектуры, на природу.	В течение учебного года	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель и привлеченные специалисты

		Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями). Организация мероприятий и участие в мероприятиях ДТиС «Пионер», которые определяют основную роль в успешности ребенка, в т.ч. с ОВЗ; Организация занятий с учетом индивидуального подхода к обучающимся с ОВЗ и предоставление им возможностей с учетом их особенностей; Участие обучающихся с ОВЗ в мероприятиях, которые помогают формированию у них новых компетенции, общей культуры, гражданско-патриотического качества личности, мотивации к активной деятельности, интеграции в систему конструктивных отношений общества. Областной туристско-краеведческий фестиваль «Лес».			
5.	Формирование и развитие информационной культуры и информационной грамотности.	Участие в проведении Единого урока по безопасности в сети Интернет, а также в ежегодных мероприятиях для детей, подростков, молодежи и педагогов по цифровой грамотности «Сетевичок». Беседы: «Правила безопасности в сети интернет». «Негативное влияние информации на психическое состояние ребенка»	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель и привлеченные

		«Хорошо или плохо влияет информация из интернета на эмоциональное состояние ребенка?» «Дети и современное интернет-пространство» «Неразрывность информации и культуры, неотъемлемость информационной культуры от общей культуры человека»; «Обеспечение мировоззренческих установок и ценностных ориентаций личности по отношению к информации как к элементу культуры»; «Препятствие дегуманизации и замене духовных ценностей достижениями, вызванными к жизни беспрецедентным ростом и развитием информационно-коммуникационных технологий» Создание памятки «Безопасность ребенка в сети интернет»			специалист ы
6.	Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация.	Индивидуальная работа с семьями и обучающимися, требующими дополнительного педагогического внимания. Посещение концертов, проводимых в ДТиС «Пионер». Посещение творческих конкурсов и фестивалей «Профориентация сегодня: как помочь ребенку выбрать профессию»	По графику проведения 1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель

7.	Социально-психологическое сопровождение образовательного процесса	Представление информации об объединениях на Дне открытых дверей. Встреча с родителями воспитанников. Организационное родительское собрание «Задачи учебного года. Единые требования к занятиям. Наши традиции». Выборы родительского комитета. Организация работы родительского комитета. Индивидуальные и коллективные беседы с родителями до и после занятий. Беседа с родителями «Безопасность ребенка в сети интернет» Родительские собрания: - «Дети и современное интернет-пространство» (по материалам, предоставленным аппаратом Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка). -«Формирование положительной самооценки ребенка – важная составляющая семейного воспитания». Подготовка и проведение мероприятий совместно с родителями (концерты, фестивали, выставки).	По необходимости Сентябрь, май Январь По необходимости	ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель
----	--	--	--	----------------------	-----------------------------

		Проведение мастер – классов для родителей обучающихся. Проведение открытых и отчетных занятий для родителей.			
8.	Работа с родителями	Представление информации об объединениях на Дне открытых дверей. Встреча с родителями воспитанников. Организационное родительское собрание «Задачи учебного года. Единые требования к занятиям. Наши традиции». Выборы родительского комитета. Организация работы родительского комитета. Индивидуальные и коллективные беседы с родителями до и после занятий. Беседа с родителями «Безопасность ребенка в сети интернет» Родительские собрания: - «Дети и современное интернет-пространство» (по материалам, предоставленным аппаратом Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка). - «Формирование положительной самооценки ребенка – важная составляющая семейного воспитания».	Август Сентябрь Сентябрь В течение учебного года В течение учебного года	ДТиС «Пионер» ДТиС «Пионер» ДТиС «Пионер»	Тренер-преподаватель

		Подготовка и проведение мероприятий совместно с родителями (концерты, фестивали, выставки). Проведение мастер – классов для родителей обучающихся. Проведение открытых занятий для родителей.	Декабрь, май		
--	--	--	-----------------	--	--

Сроки проведения мероприятий и условия участия в них конкретизируются непосредственно в течение учебного года Положениями об этих мероприятиях.

3.1. Формы аттестации

При реализации программы используются следующие виды контроля: текущий, промежуточный и итоговый контроль результативности освоения программы.

Текущий контроль - это оценка уровня и качества освоения учащимися тем Программы и личностных качеств учащихся, осуществляется на занятиях в течение всего года.

Промежуточный контроль - это оценка уровня и качества освоения учащимися Программы по итогам полугодия. Промежуточный контроль осуществляется в декабре каждого учебного года. Результаты фиксируются в протоколе мониторинга.

Итоговый контроль - это оценка уровня и качества освоения Программы по итогам учебного года. Итоговый контроль осуществляется в мае. Результаты фиксируются в протоколе мониторинга.

Формы проведения контроля определены в соответствии с учебным планом.

С целью диагностики успешности освоения обучающимися образовательной программы, выявления их образовательного потенциала, определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки календарно-тематического планирования осуществляется *текущий контроль* успеваемости по программе.

Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и предполагает качественную характеристику (оценку) сформированности у обучающихся соответствующих компетенций и устные рекомендации обучающемуся или его родителям по повышению успешности освоения программы. Текущий контроль проводится в форме выполнения нормативов.

На основе текущего контроля и результатов аттестации обучающихся, реализуется индивидуальный подход к каждому обучающемуся (подбор педагогических приемов и методов) с целью повышения его образовательных результатов. Совместно с обучающимся педагог выстраивает его траекторию развития, прогнозируя его результаты, мотивируя на достижения. Для обучающихся, проявляющих выдающиеся способности или отстающих по программе, может быть составлен индивидуальный учебный план или программа индивидуального сопровождения.

Свидетельство об обучении выдается обучающимся, успешно окончившим стартовый уровень программы. Выдаче свидетельства предшествует итоговая аттестация – добровольное подтверждение уровня достигнутых предметных результатов (теоретической и практической подготовки).

Протокол ПРОМЕЖУТОЧНОЙ аттестации обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе

(Наименование программы)

Группа № _____ Год обучения _____ Даты проведения _____

	Фамилия, имя	Уровень достижения предметных результатов			Уровень достижения личностных результатов			Рекомендации о переводе на следующий период обучения
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	
	Итого (кол-во / %)							

Педагог _____ / _____

Протокол ИТОГОВОЙ аттестации обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе

(Наименование программы)

Группа № _____ Год обучения _____ Даты проведения _____

	Фамилия, имя	Уровень достижения предметных результатов			Уровень достижения личностных результатов			Решение комиссии
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	
	Итого (кол-во / %)							

Педагог _____ / _____
Член аттестационной комиссии _____ / _____

3.2. Оценочные материалы

С целью диагностики успешности освоения обучающимися образовательной программы, выявления их образовательного потенциала, определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки календарно-тематического планирования осуществляется *текущий контроль* успеваемости по программе.

Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и предполагает качественную характеристику (оценку) сформированности у обучающихся соответствующих компетенций и устные рекомендации обучающемуся или его родителям по повышению успешности освоения программы. Текущий контроль проводится в форме выполнения нормативов.

С целью определения уровня достижения планируемых предметных и личностных результатов в процессе освоения образовательной программы проводится *промежуточная и итоговая аттестация* в форме выполнения контрольных нормативов.

Аттестация обучающихся проводится два раза в течение учебного года: в декабре по итогам полугодия — промежуточная, и в мае по итогам года итоговая аттестация.

В ходе аттестации устанавливаются следующие *уровни достижения планируемых результатов*: высокий, средний, низкий (неудовлетворительный) в соответствии со следующими показателями / нормативами.

В приведенных оценочных таблицах каждое значение уровня подготовленности переводятся в «балльную» систему оценок после выполнения отдельного тестового упражнения:

Низкий - 1 балл
Средний - 3 балла
Высокий - 5 баллов

Для получения обобщенной оценки баллы, полученные в результате выполнения учащимися тестовых упражнений, суммируются. Норме физического развития в комплексной оценке (таблица 1) соответствует «средний уровень» набранный в пяти, четырех либо трех тестовых упражнениях (в отдельных случаях оценивается динамика показанных результатов в параметрах одного уровня), что также является успешным результатом.

Таблица 1

Уровни	Баллы
По трем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	3-5
Средний	7-10
Высокий	11-15
По четырем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	4-6
Средний	10-14
Высокий	18-20

На основе текущего контроля и результатов аттестации, обучающихся реализуется индивидуальный подход к каждому обучающемуся (подбор

педагогических приемов и методов) с целью повышения его образовательных результатов. Совместно с обучающимся педагог выстраивает его траекторию развития, прогнозируя его результаты, мотивируя на достижения. Для обучающихся, проявляющих выдающиеся способности или отстающих по программе, может быть составлен индивидуальный учебный план и/или программа индивидуального сопровождения.

Свидетельство об обучении выдается обучающимся, успешно окончившим программу.

Выдаче свидетельства предшествует итоговая аттестация – добровольное подтверждение уровня достигнутых предметных результатов (теоретической и практической подготовки).

Контрольные нормативы

Таблица 2

Нормативные требования по подготовленности обучающихся по скалолазанию по программе «Скалолазание КИДС» (стартовый уровень)

	Планка на прямых руках	Приседания (60 сек.)	Подъём туловища из положения лёжа (60 сек.)	Отжимания (60 сек.)
Высокий	40	25	15	8
Средний	30	20	13	6
Низкий	20	15	10	4

Показатели уровня достижения личностных результатов

Уровни освоения	Критерии			
	Развитие творческих способностей	Воспитание гражданственности, патриотизм, нравственных чувств и убеждений, формирование общей культуры обучающихся	Воспитание социальной ответственности и компетентности, развитие самосознания и самоопределения, готовность к профессиональному выбору	Воспитание культуры здорового образа жизни
Высокий. Качество проявляется всегда Средний. Качество проявляется почти всегда, иногда требуется помощь	Присутствует устойчивый познавательный интерес. Развита эмоциональная сфера, интерес к окружающему миру и двигательной активности. Ребенок проявляет желание осваивать первоначальные навыки скалолазания, выполнять физические и игровые задания, проявлять	Знание своих прав и обязанностей уважительное отношение к ним. Дружелюбие, забота по отношению к сверстникам, уважительное отношение к учителям, родителям и другим взрослым. Уважение мнения коллектива, участие в совместных делах.	Адекватная реакция на требования учителя, родителей, стремление соответствовать этим требованиям. Проявляет способность к самостоятельному выполнению какой-либо деятельности (например, домашнего задания, занятия спортом и др.). Добросовестное отношение к труду и к учебе, проявление старательности при выполнении	Соблюдение санитарно-гигиенических правил по уходу за собой, правил безопасности на дорогах, обращения с огнем. Желание принимать участие в общешкольных спортивных мероприятиях. Соблюдение чистоты и порядка на рабочем месте. Соблюдение

Низкий. Качество проявляется редко.	самостоятельность и изобретательность. Наблюдается интерес к занятиям физкультурно-спортивного характера.	Проявление интереса к культуре и уважение к людям других национальностей	заданий, поручений. Осознание значения выполняемой деятельности. Желание доводить начатую работу до конца. Знание и уважение трудовых традиций своей семьи. Начальный опыт применения знаний в труде, общественной жизни, в быту.	режима дня. Негативное отношение к вредным привычкам
---	--	---	--	---

Раздел № 3 «Ресурсное обеспечение»

3.3. Условия реализации программы

Реализация дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание КИДС» осуществляется в условиях, обеспечивающих безопасность, доступность, системность и практическую направленность образовательного процесса с учетом возрастных особенностей обучающихся 4–6 лет.

Программа реализуется в специально оборудованном помещении ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер», соответствующем санитарно-эпидемиологическим требованиям, требованиям пожарной безопасности, охраны труда и техники безопасности, предъявляемым к организации образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста.

Для проведения занятий используется спортивный зал и специальная зона, оборудованная детским скалодромом, страховочным оборудованием, гимнастическими матами, снарядами и инвентарем, необходимыми для проведения занятий по общей физической и технической подготовке.

Образовательный процесс организуется в очной форме. Отдельные темы теоретического характера, консультации для родителей (законных представителей), а также вспомогательные материалы могут реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий в соответствии с действующими нормативными требованиями и локальными актами учреждения.

Реализация программы предусматривает:

- соблюдение требований техники безопасности при проведении занятий по скалолазанию;
- проведение вводного, повторного и текущего инструктажа по технике безопасности;
- использование исправного, сертифицированного оборудования и инвентаря;
- постоянный контроль со стороны педагога за деятельностью обучающихся;
- учет возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей детей;
- дозирование физической нагрузки в соответствии с возможностями обучающихся;
- создание эмоционально благоприятной, развивающей и безопасной образовательной среды;
- организацию мелкогрупповой формы занятий, обеспечивающей индивидуальный подход к каждому ребенку и возможность постоянного педагогического контроля.

Важным условием реализации программы является взаимодействие педагога с родителями (законными представителями) обучающихся, направленное на поддержку интереса детей к двигательной активности, соблюдение единых требований к безопасному поведению, формирование положительной мотивации к занятиям и информирование о достижениях обучающихся.

Для успешной реализации программы необходимо методическое сопровождение образовательного процесса, включающее наличие дополнительных общеобразовательных и методических материалов, инструкций по технике безопасности, наглядных пособий, диагностических материалов, а также возможность фиксации и анализа результатов освоения программы.

3.4. Перечень информационного, кадрового и материально-технического обеспечения реализации программы

1. Кадровое обеспечение.

В соответствии со ст. 46 Федерального закона «Об образовании в РФ» *право на занятие педагогической деятельностью имеют лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.*

В соответствии с профессиональным стандартом к должности «педагог дополнительного образования» предъявляются следующие требования к образованию: высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки», либо в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».

2. Информационное обеспечение:

-видеозаписи (учебные и познавательные фильмы по скалолазанию, видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках по скалолазанию, видеоматериал об известных скалолазах России и мира);

-дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия по скалолазанию);

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

-интернет.

3. Материально-техническое обеспечение - специальное снаряжение и оборудование для занятия скалолазанием, личное снаряжение для скалолазания, аудио- и видеоаппаратура, компьютер с возможностью выхода в интернет.

Перечень оборудования, используемого для реализации программы

Наименование	Кол-во
скалодром	1
ледодром	1
страховочная система	12
карабин с муфтой	12
страховочное устройство	6
зацепы с болтами и шайбами	150
стационарное оборудование для верхней страховки	8
веревки страховочные	8
оттяжки с карабинами	12
гимнастические маты	8
турники	4
гантели, штанги, блины, тренажёры	10
мячи с утяжелением	2
утяжелители для ног и рук	4

эспандеры	4
скакалки	8
гимнастические кольца, канат	2
кубики для тренировки баланса	20

Перечень расходных материалов, учебно-методических пособий и личного имущества, которые необходимо приобрести обучающимся

Для освоения программы обучающимся рекомендуется иметь:

- 1) скальные туфли;
- 2) мешок для магнезии;
- 3) кроссовки, спортивная одежда;
- 4) страховочная система.

При необходимости перечень личного имущества может уточняться педагогом в зависимости от условий проведения занятий и материально-технических возможностей учреждения.

Список литературы

1. Антонович, И.И., Спортивное скалолазание. / И.И. Антонович - М.: Физкультура и спорт, 1978. -70с.
2. Ашмарин, Б.А., Теория и методика физического воспитания: Учеб. Пособие для студентов пед. ин-тов и пед. уч-щ по спец. «Нач. воен. подготовка и физ. воспитание» и «Физ. культура». / Б.А.Ашмарин, Б.Н.Минаев; под ред. Б.М. Шияна — М.: Просвещение, 1988. -224 с.
3. Байковский Ю.В. Особенности формирования и классификация горных не олимпийских видов спорта. - М.: Вертикаль, 2005.
4. Барков, В.А., Педагогические исследования в физическом воспитании. / В.А.Барков – М.: Гродненский государственный университет им. Я.Купалы, 1995. - 68с.
5. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005 гг. Часть 1. - М.: Советский спорт, 2002. - 376 с.
6. Курамшин, Ю.Ф., Теория и методика физической культуры: Учебник. - 3-е изд., стереотип. / Ю.Ф.Курамшин, М.: Советский спорт, 2007. — 464с.
7. Подгорбунских З.С., Пиратинский А.Е. Техника спортивного скалолазания. - Екатеринбург, УГТУ-УПИ, 2000.
8. Максименко, А.М., Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко - М.: Физическая культура, 2005. — 544с.
9. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте. - Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001.
10. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (Общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры). / Л.П. Матвеев. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 543
11. Матвеев, Л.П., Теория и методика физического воспитания. Учебник для ин-тов физ. культуры. Изд. 2-е, испр. и доп. (В 2-х т.). / Л.П. Матвеев -М.: Физкультура и спорт, 1976.
12. Новиков, Н.Т., Обеспечение безопасности скалолаза. / Н.Т. Новиков, А.В. Пахомова— М.: СПбГУ, 1999. - 50с.
13. Новиков, Н.Т., Основы техники скалолазания на специальных стендах (тренажерах). Учебно-методическое пособие СПбГУ. / Н.Т. Новиков – М.: СПбГУ, 2000. -106с.
14. Пахомова, А.В., Учебно-методическая разработка. Скалолазание. / А.В. Пахомова — М.: СП, 2005. -156с.
15. Пиратинский А.Е., Подготовка скалолаза. / А.Е. Пиратинский - М.: Физкультура и спорт, 1987. -255с.
- Селуянов, В.Н., Основы научно-методической деятельности в физической культуре: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина - М.: Спорт Академ-Пресс, 2001. – 184с.

Перечень методических пособий:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ "Об
2. И.А. Заморов, О.Ю. Смолина. Основы скалолазания: Методические рекомендации – Тюмень, 2016. – 48 с.
9. Н.Т. Новикова. Учебно-методическое пособие по спортивному скалолазанию для студентов учебных отделений: «Основы техники скалолазания на специальных стендах (тренажерах)»;

10. Лодгорбунских З.С., Пиратинский А.Е. Техника спортивного скалолазания. - Екатеринбург, УГТУ-УПИ, 2000.
11. Байковский Ю.В. Особенности формирования и классификация горных не олимпийских видов спорта. - М.: Вертикаль, 2005.
12. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005 гг. Часть 1. - М.: Советский спорт, 2002. - 376 с.
13. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте. - Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001.

Перечень полезных интернет-ссылок:

1. Безопасность для скалолаза. [Электронный ресурс]. 2016. — URL: <http://www.fitfit.ru/zhurnal/napravleniya/bezopasnost-dlya-skalolaza-5697-article.html>
2. Сайт про экстремальные виды спорта. Статья: Быстрее, выше, сильнее! [Электронный ресурс]. — URL: http://pro-extrim.com/moutains/rock_climbing#ixzz4NbXBWUXL..
3. Спортивное скалолазание. [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.rusclimbing.ru>.
4. Альпинизм. [Электронный ресурс] - URL: <https://alpfederation.ru/>
5. Сайт, повествующий про горы, снаряжение, соревнования - <https://www.risk.ru/>
6. Блог о скалолазании. [Электронный ресурс] - URL: <https://www.rock-climbing.ru>