

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 133
(МАОУ СОШ № 133)

620105, Свердловская область, г. Екатеринбург, ул. Академика Ландау, стр.39 Б
http://школа133.екатеринбург.рф, e-mail: soch133@educkb.ru, тел/факс +7982-728-33-87
ИНН6658571477 КПП 665801001
ОКПО99179866 ОГРН 1246600013120

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СОШ № 133



Зорина М.А.

приказ № 01.01-02/23 от 29.07.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Скалолазание»

Направленность: спортивно-оздоровительная

Возраст обучающихся: 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

1

Составитель: Серeda Ольга Валерьевна,
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2024

Оглавление

Пояснительная записка	3
Содержание общеразвивающей программы	6
Тематическое планирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Скалолазание».....	8
Планируемые результаты	11
Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год	12
Условия реализации программы	17

Пояснительная записка

Скалолазание – вид спорта, который заключается в лазании по естественному или искусственному рельефу. Этот спорт возник из альпинизма, и является одной из его техник. Однако, цель скалолазания - не достижение горных вершин, а сам процесс преодоления препятствий.

Скалолазание - уникальный вид спорта, сочетающий в себе физические нагрузки и развитие логического мышления. Также скалолазание развивает личностные качества воспитанников, учит настойчивости, целеустремлённости, собранности, взаимопониманию.

Программа «Скалолазание» имеет физкультурно-спортивную **направленность**, занятия направлены на умственного и физического развития, укрепление здоровья, приобщение обучающихся к культурным ценностям, которые могут быть отнесены не только к данному виду деятельности человека.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р) (далее – Концепция развития дополнительного образования детей).

2. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 № 11).

3. Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461 ПП «О Региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».

4. Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 № 503 ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».

5. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

6. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области».

7. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями.

8. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

9. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

10. Письмо Минобрнауки России от 29.03. 2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных образовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

11. Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

12. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

13. Устав МАОУ СОШ №133.

14. Положение о дополнительном образовании МАОУ СОШ №133.

Актуальность программы состоит в том, что она отражает, с одной стороны ожидания и устремления детей к «настоящим» (не виртуальным) формам жизни, где они могут почувствовать не только пределы своих интеллектуальных, социально-возрастных и физических возможностей, но самое главное могут правильно воспринимать границы личной ответственности за свои действия и возникающие (реальные) риски для жизни и здоровья, с другой стороны, она (программа) является ответом на развитие актуальных и востребованных в молодежной среде экстремальных видов спорта.

Новизна программы выражается в том, что обучение навыкам скалолазания осуществляется на профессионально оснащенном скальном тренажере (скалодроме), где возможно моделирование скальных рельефов различной степени сложности.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы заключается в том, что у занимающихся, благодаря занятиям по скалолазанию (скалодром, соревнования), воспитываются волевые качества, взаимовыручка, культура поведения и т.д.

Программа разработана для системы дополнительного образования и ориентирована на детей 8-17 лет, рассчитана на 1 год обучения.

Занятия проводятся 3 раза в неделю, продолжительность каждого занятия 40 минут.

Общее количество часов за учебный год – 102 часов.

Наполняемость группы 10-12 человек.

Основные формы обучения:

4

1. Практические и теоретические учебные занятия;
2. Работа по индивидуальным планам;
3. Тестирование;
4. Участие в соревнованиях.

Цель программы: развитие волевых и моральных качеств обучающихся, необходимых для спортивного совершенствования, через занятия скалолазанием.

Реализация данной цели предполагает решение следующих задач:

ОБУЧАЮЩИЕ:

- обучить технике выполнения общих физических упражнений;
- обучить основам идеомоторной тренировки;
- сформировать систему основных понятий в области скалолазания;
- сформировать систему знаний, умений и навыков организации тренировочного процесса в скалолазании;
- обучить способам (техникам) передвижения по искусственному рельефу;

- обучить основным техническим приемам перемещения скалолазов на различных рельефах;
- обучить основам работы со страховкой;
- обучить навыкам работы с верёвкой, гимнастическим, спортивным и туристским инвентарём;
- обучить навыкам работы в команде.

РАЗВИВАЮЩИЕ:

- способствовать развитию устойчивого внимания;
- способствовать развитию пространственной ориентации;
- способствовать развитию быстроты мышления;
- способствовать развитию двигательной и мышечной памяти при выполнении упражнений;
- способствовать развитию познавательных способностей через влияние скалолазания на психические процессы, задействованные во время лазания:
 - восприятие (целостность и структурность образа), внимание (концентрация и устойчивость), память (зрительная и кинематическая), мышление (пространственное и креативное);
 - способствовать развитию мыслительных процессов: анализ, обобщение, оценка, установление причинно-следственных связей и закономерностей;
 - способствовать развитию морально-волевых и физических качеств, координации, общей физической выносливости.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- способствовать воспитанию потребности в физическом и умственном; самосовершенствовании и активности;
- способствовать воспитанию организованности, аккуратности и самодисциплины;
- способствовать воспитанию бесконфликтного общения и культуры поведения;
- способствовать воспитанию ценных личностных качеств: порядочность, ответственность, толерантность;
- способствовать развитию мотивации к здоровому образу жизни.

Содержание общеразвивающей программы

Теория и методика ФК и С

Тема 1. Физическая культура и спорт в России. Краткий обзор развития скалолазания в России.

Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития, подготовки к труду и обороне Родины. Скалолазание как вид спорта. История возникновения и развития скалолазания. Связь скалолазания с альпинизмом и ледолазанием.

Краткий исторический обзор развития скалолазания в нашей стране и за рубежом. Международные турниры по скалолазанию. Чемпионаты мира, Европы. Скалолазание и олимпийское движение.

Краткий обзор развития скалолазания в области, городе, регионе.

Тема 2. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.

Организация страховки и обеспечение безопасности во время тренировки, обеспечение безопасности при занятиях на скалах. Организация и требования, предъявляемые к страховке. Вилы и приемы страховки. Снаряжение, применяемое скалолазами на тренировках. Требования, предъявляемые к организации страховки на скалах. Значение само страховки. Зачет.

Тема 3. Скалолазное снаряжение, одежда и обувь.

Знакомство со специальным снаряжением скалолаза. Гигиенические требования к одежде занимающихся. Особенности подбора обуви. Особенности подбора страховочной системы. Страховочные веревки. Их виды и применение. Виды страховочных карабинов и устройств для страховки и спуска. Особенности применения страховочных оттяжек. Уход за снаряжением. Хранение.

Тема 4. Краткая характеристика техники лазанья. Виды соревнований в скалолазании. Основы методики начального обучения и тренировки

Виды лазанья. Понятие зацепа, их формы, расположение, использование. Приемы лазанья. Формы скального и искусственного рельефа. Крутизна рельефа. Зависимость техники лазанья от крутизны рельефа. Понятие траверса -особенности движения траверсом. Спуск. Способы спуска.

6

Виды соревнований. Правила соревнований. Детско-юношеские соревнования. Порядок проведения соревнований. Определение результатов.

Единство обучения и тренировки. Этапы обучения технике лазанья. Обучение и тренировка как средство укрепления здоровья, совершенствование функции организма человека и мастерства спортсмена. Значение моральной, волевой, психологической подготовки и всестороннего физического развития в процессе обучения и тренировки. Взаимосвязь технической, тактической, волевой и психологической подготовки скалолазов.

Урок как основная форма учебно-тренировочных занятий, структура урока, распределение времени, подбор упражнений, их чередование. Значение разминки и ее содержание в тренировочных занятиях и на соревнованиях. Практическая подготовка

Программный материал представлен в виде тренировочных заданий, сгруппированных в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности.

Основы развития и совершенствования физических качеств: быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость (координация). Понятие - быстрота, форма ее

проявления и методы развития.

Понятие - выносливость. Виды и показатели выносливости. Методика развития выносливости. Понятие о гибкости и ловкости. Их виды, методика развития. Особенности воспитания выносливости и скоростно-силовых возможностей. Использование тренажеров и технических средств для развития физических качеств спортсмена.

Цель разминки – подготовить организм, настроить учащегося на тренировочную работу, на выполнение непосредственного тренировочного задания. Разминка может делиться на две части - общую и специальную. В общую разминку входит легкий разминочный бег с выполнением упражнений: скрестный шаг, приставной шаг, захлестывание голени, бег с вращениями руками, подскоками, вращениями вокруг собственной оси, ускорениями, выполнение общеразвивающих циклических упражнений невысокой интенсивности; эстафеты с элементами лазанья или различных имитаций лазанья. В специальную разминку входят упражнения на растягивание всех мышц, участвующих в процессе лазанья, лазанье по несложному разнообразному рельефу, упражнения на координацию движений.

Методические рекомендации к блоку заданий для развития силы

Уровнем силовых возможностей скалолаза определяется его способность к преодолению отвесных участков трасс, карнизов, стенок с мелкими зацепками.

Пути развития максимального силового напряжения:

- преодоление предельного сопротивления (очень сложный силовой выход);
- предельное число повторений (прохождение сложного участка несколько раз, до отказа);
- выполнение силовых упражнений с максимальной скоростью.

Учебный план

№ п/п	Содержание	Всего часов	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	Теория и методика ФК и С	8	5	0
2.	Общая физическая подготовка	30	2	28
3.	Специальная физическая подготовка	10	2	8
4.	Скалолазание	50	2	48
5.	Технико-тактическая подготовка	10	2	8
6.	Соревновательная подготовка	4	0	4
	Всего	102	9	93

**Тематическое планирование дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Скалолазание»**

№	Наименование темы	Количество часов
1.	Правила безопасного поведения на тренировках в спортзале. Разминка скалолаза.	1
2.	Форма одежды. Правила страховки, само страховки. Основные приемы разминки.	1
3.	Скалолазание в Екатеринбурге, России и мире. Траверс	1
4.	Гимнастическая страховка, траверс. ОФП	1
5.	Обувь. Верхняя страховка. Лазание с верхней страховкой.	1
6.	Разминка скалолаза. Лазание с верхней страховкой.	1
7.	Лазание с верхней страховкой.	1
8.	Лазание с верхней страховкой.	1
9.	ОФП. Развитие силы.	2
10.	Разминка скалолаза. Лазание с верхней страховкой.	1
11.	Виды скалолазания. Лазание с верхней страховкой.	1
12.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
13.	Общеспортивная подготовка.	1
14.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
15.	Боулдеринг.	1
16.	Прохождение проблемных трасс, траверс.	1
17.	Разминка скалолаза. Лазание с верхней страховкой.	1
18.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
19.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
20.	Лазание с верхней страховкой.	1
21.	Лазание с верхней страховкой. Боулдеринг.	1
22.	Общеспортивная подготовка. Развитие силы.	1
23.	Траверс, лазание на трудность. 8	1
24.	Лазание на скорость.	1
25.	Траверсы. Лазание на скорость.	1
26.	Экспресс-тесты (подтягивание, гибкость, прыжок в длину с места).	1
27.	ОФП. Развитие гибкости.	2
28.	Лазание на трудность с верхней страховкой.	1
29.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
30.	Правила страховки. Зона безопасности. Обучение основным страховочным узлам.	1
31.	Траверс. Лазание на скорость. Разминка скалолаза.	1
32.	Лазание на скорость.	1
33.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
34.	Тренировочные соревнования в лазании на скорость.	1
35.	«Чтение» трассы. Виды зацепок, закрепление зацепок поверхности трассы.	1

36.	ОФП. Развитие силы.	1
37.	Лазание с верхней страховкой.	1
38.	ОФП. Развитие силы.	2
39.	Лазание на скорость.	1
40.	Лазание на скорость.	1
41.	Лазание траверсом по заданиям.	1
42.	Лазание траверсом по заданиям.	1
43.	ОФП. Развитие быстроты.	2
44.	Лазание коротких сложных трасс.	1
45.	Лазание на скорость. Лазание на скорость.	1
46.	Лазание на скорость. Лазание на скорость.	1
47.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
48.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
49.	ОФП. Развитие выносливости.	2
50.	Лазание на скорость.	1
51.	Лазание на скорость.	1
52.	Лазание с верхней страховкой.	1
53.	Тренировочные соревнования по боулдерингу.	1
54.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
55.	Лазание траверсом.	1
56.	Лазание траверсом.	1
57.	ОФП. Развитие силы.	2
58.	Самостоятельное накручивание трасс для траверса.	1
59.	Самостоятельное накручивание трасс для траверса.	1
60.	Лазание на скорость.	1
61.	Лазание на скорость.	1
62.	Лазание на скорость. Соревнования на скорость.	1
63.	Свободное лазание. Экспресс-тесты	1
64.	Лазание на скорость.	9 1
65.	Свободное лазание.	1
66.	Траверсы. Развитие выносливости.	1
67.	Траверсы. Развитие выносливости.	1
68.	ОФП. Развитие силы.	2
69.	Скоростная выносливость ОФП. Развитие силы.	1
70.	Выполнение конкурсных заданий на скалолазной стенке.	1
71.	Самостоятельное накручивание трасс и их прохождение.	1
72.	Командные соревнования на скорость.	2
73.	Лазание на выносливость.	1
74.	Лазание на выносливость.	1
75.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
76.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
77.	ОФП. Развитие гибкости. Лазание на скорость.	2
78.	Лазание на скорость. Экспресс-тесты.	1
79.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1

80.	Техника безопасности на соревнованиях. Особенности страховки на соревнованиях.	1
81.	Соревнования на скорость.	1
82.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
83.	Свободное лазание. Подвижные игры.	2
84.	Экспресс-тесты. Подвижные игры с элементами лазания.	1
85.	Пролезание проблемных трасс.	1
86.	Соревнования на скорость.	1
87.	Лазание на трудность.	2
88.	Лазание на трудность.	2
89.	Работа рук. Лазание с верхней страховкой.	1
90.	Работа ног. Лазание с верхней страховкой.	1
	ИТОГО	102

Планируемые результаты

Метапредметные результаты:

-формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовности конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

Личностные результаты:

-развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

-развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

-развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной и справедливости и свободе;

-формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

-формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

-формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	34
2.	Количество учебных дней	102
3.	Количество часов в неделю	2
4.	Количество часов	102
5.	Начало занятий	1 октября
6.	Каникулы	28 октября – 4 ноября 24 марта – 30 марта
7.	Выходные дни	30 декабря – 8 января
8.	Окончание учебного года	25 мая

РАЗДЕЛ О ВОСПИТАНИИ В СОСТАВЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «СКАЛОЛАЗАНИЕ»

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания.

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей. Для решения задач воспитания при реализации образовательной программы необходимо создавать и поддерживать определённые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Ценностно-целевую основу воспитания детей при реализации программы составляют целевые ориентиры воспитания как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации программы «Скалолазание».

Целевые ориентиры воспитания условно разделяются на две группы: основные и дополнительные.

Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях (Федеральная программа воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях), что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети.

Дополнительные целевые ориентиры воспитания обусловлены содержанием и формами реализации конкретной программы с учётом образовательных потребностей детей, их семей, родителей (законных представителей) в развитии у детей различных способностей и позитивных личностных качеств, особенностей региональных и местных социокультурных

условий дополнительного образования детей. Дополнительные целевые ориентиры не должны противоречить основным целевым ориентирам, основанным на российских базовых конституционных ценностях.

Основные целевые ориентиры воспитания на основе российских базовых (конституционных) ценностей направлены на воспитание, формирование:

— российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским государством в его тысячелетней истории и в

современности, в настоящем, прошлом и будущем;

— российского национального исторического сознания на основе исторического просвещения, знания истории России, сохранения памяти предков;

— уважения к жизни, достоинству, свободе мировоззренческого выбора каждого человека, к национальному достоинству и религиозным чувствам представителей всех народов России и традиционных российских религий, уважения к старшим, к людям труда;

— уважения к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию;

— восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;

— уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа, желания и способности к творческому созидательному труду в доступных по возрасту социально-трудовых ролях.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с художественной направленностью программы и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование:

— уважения к художественной культуре, искусству народов России;

— восприимчивости к разным видам искусства; интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров; опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, выставках и т. п.;

— стремления к сотрудничеству, уважения к старшим; ответственности;

— воли и дисциплинированности в творческой деятельности; опыта представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России;

— опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

2. Формы и методы воспитания.

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся:

— усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;

— получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации;

— осознают себя способными к нравственному выбору;

— участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

3. Условия воспитания, анализ результатов.

К методам оценки результативности реализации программы в части воспитания можно отнести:

— педагогическое наблюдение, в процессе которого внимание педагогов сосредотачивается на проявлении в деятельности детей и в её результатах, определённых в данной программе целевых ориентиров воспитания, а также на проблемах и трудностях достижения воспитательных задач программы;

— оценку творческих и исследовательских работ и проектов экспертным сообществом (педагоги, родители, другие обучающиеся, приглашённые внешние эксперты и др.) с точки зрения достижения воспитательных результатов, поскольку в индивидуальных творческих и исследовательских работах, проектах неизбежно отражаются личностные результаты освоения программы и личностные качества каждого ребёнка;

— отзывы, интервью, материалы рефлексии, которые предоставляют возможности для выявления и анализа продвижения детей (индивидуально и в группе в целом) по выбранным целевым ориентирам воспитания в процессе и по итогам реализации программы, оценки личностных результатов участия детей в деятельности по программе.

В процессе и в итоге освоения программы дети демонстрируют результаты, которые обусловлены их индивидуальными потребностями, культурными интересами и личными качествами (целеустремлённостью, дисциплинированностью, терпеливостью, способностью к самостоятельным решениям, умением действовать в коллективе, желанием проявлять заботу о других людях и т.д.).

Дети обозначают личностную позицию по отношению к изучаемому учебному материалу, к практике, целям и результатам собственных действий. Педагог, родители (законные представители) детей и сами дети таким образом получают свидетельства достижения задач воспитания, усвоения нравственных ориентиров и ценностей в деятельности по данной программе.

Самоанализ и самооценка обучающихся по итогам деятельности, отзывы родителей (законных представителей) и других участников образовательных событий и мероприятий также дают возможность для выявления и анализа наиболее значимых результатов воспитания детей.

4. Календарный план воспитательной работы.

Разработка календарного плана воспитательной работы в процессе реализации программы подразумевает установление связей между содержанием программы и значимыми событиями, связанными с направленностью программы и периодом её реализации, событиями на уровне организации дополнительного образования, на муниципальном, региональном и федеральном уровнях (государственные федеральные и региональные праздники, местные праздники, исторические события, юбилеи выдающихся людей, даты, закреплённые в федеральном календаре образовательных событий на текущий год и др.).

**Календарный план воспитательной работы
«Скалолазание»
На 2024-2025 учебный год**

<i>n/p</i>	<i>Название события, мероприятия</i>	<i>Сроки</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события</i>
1.	Международный день защиты животных.	03.10.2024	Беседа	Фото.
2.	Международный день школьных библиотек.	19.10.2024	Беседа	Фото.
3.	День народного единства.	05.11.2024	Беседа	Фото.
4.	Новый год.	28.12.2024	Беседа	Фото.
5.	День защитника Отечества.	22.02.2025	Беседа	Фото.
6.	Международный день спорта.	05.04.2025	Беседа	Фото.
7.	День космонавтики.	12.04.2025	Беседа	Фото.
8.	День Победы.	06.05.2025	Беседа	Фото.
9.	День скалолазания в России.	21.05.2025	Беседа	Фото.

Условия реализации программы

Наполняемость учебной группы. В группу принимаются все желающие заниматься скалолазанием на основании письменного заявления родителей и наличии медицинского допуска к занятиям. Количество детей в группе — не менее 15 человек.

Кадровое обеспечение. Педагог, работающий по программе, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения.

Материально-техническое обеспечение. Помещение для занятий должно соответствовать требованиям СанПиН 1.2.3685-21. Для реализации программы необходимы скалодром, специальное снаряжение и оборудование для занятий скалолазанием, личное снаряжение юного скалолаза, бивачное оборудование, аудио- и видеоаппаратура, компьютер с возможностью выхода в Интернет.

Информационное обеспечение. Для занятий используются 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).

Список литературы

1. Пиратинский А.Е. Подготовка скалолаза. - М.: ФиС, 1987.
2. Антонович И.И. Спортивное скалолазание. - М.: ФиС, 1978.
3. Байковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, горный туризм). - М.: Вилад, 1996.
4. Байковский Ю.В. Особенности формирования и классификация горных неолимпийских видов спорта. - М.: Вертикаль, 2005.
5. Единая Всероссийская спортивная классификация. 2001-2005 гг. Часть 1. - М.: Советский спорт, 2002. - 376 с.
6. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и методические указания / Под ред. А.Е. Пиратинского. - М.: ФСР, 2002.
7. Спортивное скалолазание - <http://www.rusclimbing.ru>.
8. Федотенкова Т.П., Федотенков А.Г., Чистякова С.Г., Чистяков С.А. Юные скалолазы/ Авторская программа. - М., 2003.
9. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. - М.: ФиС, 1977.
10. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. - М.: ФиС, 1981.
11. Готовцев П.Я., Дубровский В.И. Спортсменам о восстановлении. - М., 1981.
12. Комков Б. С. Комплексы общеразвивающих упражнений для занятий по физическому воспитанию. -Новосибирск: 3-сиб. кн. изд., 1985.
13. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: ФиС, 1977.
14. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. Набатниковой М.Я. - М.: ФиС, 1992.
15. Платонов В.Я. Теория и методика спортивной тренировки: Учебное пособие для институтов физкультуры. - Киев: Высшая школа, 1984.
16. Психология и современный спорт. Сост. ДВ. Родионов, В.П. Худадов. - М.: ФиС, 1982.
17. Романенко В.А., Максимович В.Д. Круговая тренировка при массовых занятиях физической культурой. - М.: ФиС, 1981.
18. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физкультуры. - М.: ФиС, 1987.
19. Филин В.П., Фомин В.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.
20. Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. - М.: ФиС, 1980.
21. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов. - Киев: Здоровье, 1990.
22. Система подготовки спортивного резерва / Под общ. ред. В.Г. Никитушкина. - М.: МГФСО, ВНИИФК, 1994.
23. Современная система спортивной подготовки / Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М.: СААМ, 1995.
24. Матвеев А.П., Петрова Т.В. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре / Министерство образования РФ. - М.: Дрофа, 2000.
25. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте. -

Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582789

Владелец Зорина Мария Андреевна

Действителен с 28.03.2024 по 28.03.2025