

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
базовой программе
физкультурно-спортивной направленности
«Простор безопасности (Скалолазание)»**

Составитель: педагог дополнительного образования Мельников Николай Геннадьевич

Дополнительная программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями в сфере дополнительного образования детей.

Актуальность данной программы обусловлена современными тенденциями, где особое значение приобретает формирование у обучающихся культуры безопасного поведения, физического развития и готовности к действиям в различных жизненных ситуациях. В объединении по скалолазанию занимаются обучающиеся разного уровня подготовки, с различными физическими возможностями и из семей разного социального положения. Зачастую обучающиеся не обладают достаточным уровнем физической подготовки, координации движений, не имеют навыков безопасного поведения и работы со спортивным оборудованием.

Именно на занятиях по скалолазанию обучающиеся получают в полном объеме знания о технике лазания, правилах безопасности, работе со страховочным оборудованием, развивают физические качества, уверенность в своих силах, самостоятельность и ответственность. Воспитанники приобретают навыки общения и взаимодействия, так как работа в группе направлена на формирование коллектива, где каждый обучающийся имеет равные возможности для самореализации и достижения успеха.

Педагогическая целесообразность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Простор безопасности (Скалолазание)» предназначена для обучающихся 7-17 лет и ориентирована на создание комфортных условий для развития интереса детей к физической культуре и спорту, формированию навыков безопасного поведения, а также освоению основ скалолазания.

Занятия направлены на повышение двигательной активности обучающихся, развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, координации), расширение кругозора и формирование устойчивого интереса к

здоровому образу жизни. Дети приобретают начальные представления о скалолазании как виде спорта, осваивают правила техники безопасности, знакомятся с элементами страховки и снаряжением, учатся контролировать свои действия и оценивать ситуацию.

Практико-ориентированная и игровая форма подачи материала позволяет обучающимся активно включаться в образовательный процесс, чувствовать себя успешными и уверенными в своих силах. В начале каждого занятия проводятся разминки, направленные на подготовку организма к физической нагрузке и профилактику травматизма. Программа способствует формированию положительной мотивации к занятиям спортом, развивает навыки общения, сотрудничества и взаимопомощи в группе сверстников.

Основной целью является формирование у обучающихся интереса к занятиям скалолазанием, развитие физических качеств, формирование навыков безопасного поведения и получение положительных эмоций от двигательной активности.

Цель программы

Формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, развитие физических качеств и практических навыков безопасного поведения через освоение основ скалолазания.

Задачи программы

Образовательные

- Формирование у обучающихся базовых знаний о скалолазании как виде спорта;
- Освоение основных приёмов техники лазания и передвижения по искусственному рельефу;
- Изучение правил техники безопасности при занятиях скалолазанием;
- Обучение навыкам использования страховочного оборудования и снаряжения;
- Формирование начальных навыков оказания доврачебной помощи;
- Ознакомление с основами физической подготовки скалолаза;
- Подготовка обучающихся к участию в учебных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

Воспитательные

- Воспитание интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- Формирование ответственности за собственную безопасность и безопасность окружающих;
- Воспитание дисциплинированности, аккуратности и организованности;
- Развитие настойчивости, целеустремлённости и уверенности в своих силах;
- Создание условий для раскрытия личностного потенциала каждого обучающегося;
- Формирование культуры безопасного поведения и здорового образа жизни;
- Укрепление командного духа и умения взаимодействовать в коллективе.

Развивающие

- Развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, координации движений);
- Развитие пространственного мышления и способности ориентироваться в пространстве;
- Совершенствование двигательных навыков и координации;
- Развитие внимания, памяти и быстроты реакции;
- Формирование коммуникативных навыков и умений работать в паре и группе;
- Стимулирование познавательной активности и интереса к занятиям спортом;
- Развитие самостоятельности и способности к самоконтролю.

Планируемые результаты

В процессе занятий по данной программе обучающиеся должны овладеть основными знаниями и практическими умениями в области скалолазания, освоить базовые элементы техники лазания, правила безопасного поведения, научиться анализировать свои действия и оценивать правильность выполнения упражнений. Обучающиеся получают представление о скалолазании как виде спорта, знакомятся со снаряжением и его назначением, а также осваивают основы физической подготовки и самоконтроля.

Предметные

- научатся основным приёмам техники лазания по искусственному рельефу;
- освоят правила техники безопасности при занятиях скалолазанием;
- научатся правильно использовать скалолазное снаряжение и

страховочное оборудование;

- овладеют навыками страховки и само страховки (на начальном уровне);
- научатся выполнять упражнения на развитие силы, координации и выносливости;
- освоят базовые навыки оказания доврачебной помощи;
- научатся выполнять простейшие маршруты на скалодроме.

Метапредметные

- будут развивать внимание, память, быстроту реакции и пространственное мышление;
- сформируют умение анализировать свои действия и корректировать ошибки;
- будут развивать навыки самоконтроля и планирования своей деятельности;
- сформируют умение работать в паре и группе, взаимодействовать с партнёром;
- будут развивать координацию движений и способность ориентироваться в пространстве.

Личностные

- улучшат коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе;
- сформируют ответственное отношение к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих;
- разовьют уверенность в своих силах и стремление к достижению результата;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни;
- разовьют стремление к самосовершенствованию и физическому развитию.

Категория обучающихся

Программа рассчитана на возрастную категорию детей от 7 до 17 лет. Группы обучающихся формируются на основе свободного набора, постоянного состава. Подача заявки на обучение по Программе осуществляется через Навигатор дополнительного образования Тюменской области: <https://newedo.72to.ru/>.

К занятиям допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний (при необходимости предоставляется справка о состоянии

здоровья).

Наполняемость группы — 10–15 человек.

Объем программы

Объем программы — **68 академических часов.**

Форма обучения

Форма обучения — очная, очная с применением дистанционных образовательных технологий.

Форма реализации

Для обеспечения непрерывности реализации Программы применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии (далее — ДОТ).

ДОТ используются в случаях невозможности посещения занятий обучающимися (активированные дни, заболевание, карантинные мероприятия и др.).

Образовательный процесс организуется в форме:

- видеоуроков;
- презентаций и инструкций;
- заданий для самостоятельной работы.

Материалы размещаются на цифровых образовательных платформах (Сферум, Моя школа), а также в официальных сообществах образовательной организации. Информация может дублироваться в родительских чатах (мессенджер Telegram).

Контроль выполнения заданий осуществляется посредством фото- и видеоотчетов, направляемых обучающимися (или родителями).

Место реализации программы

Программа реализуется на базе МАОУ Омутинская СОШ №1 по адресу: с. Омутинское, ул. Лермонтова, 2.

Уровень программы

Уровень программы — разноуровневая.

Программа предусматривает использование универсальных форм организации учебного материала и дифференциацию заданий по уровню сложности, что обеспечивает успешное освоение содержания обучающимися с различным уровнем подготовки.

Режим занятий

Общее количество часов по программе — **68 часов**.

Обучение организуется в очной форме **1 раз в неделю по 2 академических часа**.

Продолжительность одного занятия:

- 40 минут (с перерывом 10 минут);
- для обучающихся 1 класса — 35 минут (в первом полугодии).

В период дистанционного обучения недельная нагрузка:

- 1 раз по 2 академических часа или
- 2 раза по 1 академическому часу.