

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №41»

«Принято»

Педагогическим советом  
протокол № от « » 2021 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ № 41»  
Ш.Р. Закиров  
приказ № от « » 2021г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБЩЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

«Спортивный туризм и скалолазание- Вершина»

(название объединения)

Начальное общее образование

Срок реализации 1 год

Разработчик: Михейкин Юрий Анатольевич  
педагог дополнительного образования.

г. Набережные Челны, 2021 год

## Планируемые результаты

<p><b>Личностные</b></p>	<p>Создать условия для самореализации обучающихся, формирования разносторонне развитой и физически здоровой личности.</p> <p>Принятие социальной роли ученика в команде; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>
<p><b>Метапредметные</b></p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.</li> <li>• Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.</li> <li>• Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.</li> <li>• Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.</li> <li>• Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.</li> </ul> <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение определять понятия, устанавливать причинно-следственные связи, строить логичное рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.</li> </ul> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.</li> <li>• Работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.</li> <li>• Формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.</li> </ul>

## Содержание

Раздел, темы курса	Краткое содержание	Основные формы организации занятий	Основные виды деятельности
1. Информация о работе объединения, техника безопасности,		беседа	Знать: основные сведения о спортивном туризме, правила по технике безопасности
2. Специальная подготовка по скалолазанию			
2.1 Специальное личное снаряжение	Изучение системы	объяснение беседа	Изучение основных элементов системы
2.2 Узлы	Основные узлы	объяснение беседа	Изучение основных узлов и способов их применения
2.3 Работа с веревками	Способы бухтовки веревок	объяснение беседа	Изучение основных способов бухтования веревок
2.4 Работа с карабинами	Разновидност и карабинов и их работа	объяснение беседа	Изучение разновидностей и способов применения карабинов
2.5 Прохождение скалолазной стенки траверсом	Прохождение скалолазной стенки	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов правильной техники прохождения скалолазной стенки
3. Специальная подготовка по спортивному туризму			
3.1 Этап «подъем по навеске»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.2 Этап «спуск по перилам»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.3 Этап «подъем по стенке»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.4 Этап «спуск по стенке»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.5 Этап «подъем по перилам»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.6 Этап «спуск по навеске»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа

3.7 Этап «подъем по навеске в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.8 Этап «спуск по перилам в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.9 Этап «подъем по стенке в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.10 Этап «спуск по стенке в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.11 Этап «подъем по перилам в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.12 Этап «спуск по навеске в связке»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.13 Этап «прохождение этапа маятник»	Прохождение в команде	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.14 Этап «крутонаклонка»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.15 Этап «параллельные перила»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
3.16 Этап «бревно»	Личное прохождение	спортивно-массовые мероприятия	Изучение приемов прохождения этапа
4. Общая физическая подготовка			
4.1 Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения		спортивно-массовые мероприятия	Выполнение нормативов
4.2 Спортивные игры		спортивно-массовые мероприятия	Соревнования внутри группы
4.3 Силовая подготовка		спортивно-массовые мероприятия	Выполнение нормативов
4.4 Беговая подготовка		спортивно-массовые мероприятия	Выполнение нормативов

## Тематическое планирование

**Целевые приоритеты** (согласно методическим рекомендациям по уровням образования):

**Целевые приоритеты на уровне начального общего образования:**

- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- знать и любить свою Родину — свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоемы);
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чем-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать свое мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

### **Целевые приоритеты на уровне основного общего образования:**

- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогоу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- к здоровью как залогоу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;

### **Целевые приоритеты на уровне среднего общего образования**

- опыт природоохранных дел;
- опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;