

КРАТКАЯ АННОТАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «СКАЛОЛАЗАНИЕ» (физкультурно-спортивная направленность)



Сведения о педагоге:

Заверуха Екатерина Михайловна, высшее образование, к.б.н., 1 разряд по скалолазанию и альпинизму, первая категория, педагогический стаж – 20 лет.



Модифицированная программа «Скалолазание» составлена на основе типовой программы «Скалолазание» для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства, утвержденной Федеральным агентством по физической культуре и спорту.

Цель программы: программа направлена на раскрытие индивидуальных физических особенностей обучающихся, укрепление здоровья, на развитие их познавательных, коммуникативных способностей средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Ожидаемый результат:

- обучающиеся узнают правила поведения и технику безопасности на искусственном рельефе, технику лазания, общую физическую и специальную подготовку; обучающиеся научатся проводить разминку и заминку, технике страхования и лазания на скалодроме, принимать участие в соревнованиях.

Особые условия:

- в объединение принимаются обучающиеся по заявлению родителей (законных представителей) в возрасте от 7 до 15 лет;
- при наличии медицинского заключения врача о допуске к занятиям (медицинский осмотр).

Срок реализации программы: 3 года.

Режим занятий: занятия организуются 3 раза в неделю по 2 часа на тренажере для скалолазания.

Краткое содержание программы:

Скалолазание зародилось как вид альпинизма, но в настоящее время является самостоятельным видом спорта, целью которого является прохождение маршрутов различной сложности по искусственному (скалодром) и естественному (скалы) рельефу.

Скалолазание имеет три основных вида: лазание на скорость, лазание на трудность и боулдеринг. Именно по этим трем направлениям проводятся все соревнования. Скалолазание воспитывает силу, выносливость, дисциплину, взаимовыручку, любовь к спорту, что, безусловно, способствует становлению активной, гармонично и разносторонне развитой личности.

Форма организации процесса обучения: занятия организуются в объединениях количеством 15 обучающихся.