

*Приложение №3
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе*

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Свердловской области

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 300 «Перспектива»

МАОУ СОШ №300 «Перспектива»



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Скалодром»

5-9 классы

Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Фефелов Кирилл Алексеевич,
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2026

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Скалодром» Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 300 «Перспектива» Чкаловского района города Екатеринбурга (далее – МАОУ СОШ № 300 «Перспектива») разработана на основе следующих нормативно - правовых актов:

— Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

— Федеральный закон от 14 апреля 2023 года № 135-ФЗ «О внесении изменений в статью 31 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», уточняющий круг лиц, имеющих право оказывать первую помощь, и порядок её оказания.

— Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 года № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».

— Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

— Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р (с изменениями от 1 июля 2025 года).

— Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 (с изменениями и дополнениями, действующими на 1 сентября 2025 года).

— Федеральная основная образовательная программа основного общего образования, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 370.

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

— Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 года № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» (зарегистрирован в Минюсте России 31.05.2024 № 78363, вступил в силу с 01.09.2024).

— Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

— Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями, внесенными постановлением от 17.03.2025 № 2).

— Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н.

— Методические рекомендаций Минпросвещения России по разработке дополнительных общеразвивающих программ, 2025 год.

- Федерального закона от 21 декабря 1994 года № 69-ФЗ «О пожарной безопасности» (с изменениями и дополнениями).
- Постановления Правительства РФ от 16 сентября 2020 года № 1479 «Об утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- Локальные нормативные акты МАОУ СОШ № 300 «Перспектива», регламентирующие организацию и осуществление образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Актуальность и назначение программы

Социальная и педагогическая актуальность. Актуальность программы обусловлена необходимостью гармоничного физического развития обучающихся, формирования навыков преодоления страха высоты и укрепления опорно-двигательного аппарата. Скалолазание является уникальным видом спорта, развивающим не только силу и выносливость, но и когнитивные способности: умение читать маршрут, планировать движения и принимать решения в условиях риска. Программа направлена на снижение гиподинамии, профилактику нарушений осанки и воспитание волевых качеств через освоение техники вертикального передвижения. Реализация программы опирается на уникальную инфраструктуру Ресурсного центра комплексной безопасности им. Б.Ф. Мокроусова, позволяющую проводить занятия на современном скалодроме высотой 13,5 метров с различными типами рельефа (вертикаль, нависание, угол), что обеспечивает всестороннюю подготовку юных спортсменов.

Направленность программы

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Она является частью трека «Спорт и здоровый образ жизни» и направлена на профессиональную ориентацию обучающихся, формирование культуры здорового образа жизни, развитие физических кондиций и навыков страховки.

Отличительные особенности программы В отличие от типовых секций общей физической подготовки, данная программа: Реализуется на базе специализированного скалодрома: Обучение строится на освоении техники лазания по искусственному рельефу с использованием альпинистского снаряжения. Интегрирована с элементами туризма и спасательного дела: Помимо спортивного лазания, обучающиеся осваивают навыки вязки узлов, работы с веревками и организации безопасной страховки, что формирует компетенции, применимые в походных условиях. Имеет выраженную социально-психологическую составляющую: Преодоление высоты требует работы со страхом, развития концентрации и доверия к партнеру (страхующему), что способствует личностному росту подростков. Ориентирована на командное взаимодействие: Занятия строятся в парах «лазающий – страхующий», что формирует ответственность за жизнь и здоровье товарища.

Место курса в образовательной системе

Программа рассчитана на 5 лет обучения для детей в возрасте от 11 до 17 лет. Нормативная нагрузка составляет 1 час занятий в неделю на каждую группу. Общий объем программы каждого года обучения составляет 34 часа.

Курс интегрирован с предметами «Физическая культура» (развитие силы, координации), «ОБЗР» (безопасность при занятиях спортом, оказание первой помощи при травмах), «Физика» (механика рычагов, трение).

Формы реализации образовательной программы

Структура учебного процесса выстроена по принципу нарастающей сложности: Теоретические занятия: изучение видов снаряжения, правил техники безопасности, истории скалолазания. Практические тренировки на скалодроме: отработка техники движений ног и рук, чтение маршрутов, работа на скорость и выносливость. Тренировки на свежем воздухе: выездные сборы, скальные выходы (при наличии условий), туристские слеты. Соревновательная практика: участие в внутришкольных и муниципальных соревнованиях по скалолазанию.

Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся устойчивых навыков технического лазания по искусственному рельефу, умения организовать безопасную страховку и развитие физических качеств, необходимых для занятий скалолазанием.

Задачи программы:

Обучить правилам техники безопасности при занятиях на скалодроме и использованию альпинистского снаряжения. Сформировать базовую технику лазания (работа ног, центр тяжести, хват). Обучить навыкам вязки основных альпинистских узлов и организации нижней и верхней страховки. Развить силовые качества, гибкость, координацию и выносливость. Воспитать чувство ответственности, дисциплинированности и взаимовыручки в связке «лазающий – страхующий».

Планируемые результаты освоения программы

Группа результатов	Показатели достижения
Личностные	Сформированность установки на здоровый образ жизни и регулярные занятия спортом. Осознание ценности собственной жизни и ответственности за безопасность партнера. Развитие волевых качеств: целеустремленности, смелости, способности преодолевать страх высоты. Уважение к соперникам и судьям, соблюдение принципов fair play.
Метапредметные	Регулятивные: умение ставить цели тренировок, контролировать свое эмоциональное состояние, оценивать риски перед началом лазания. Познавательные: анализ схемы маршрута («чтение» трассы), понимание биомеханики движений, знание свойств материалов снаряжения. Коммуникативные: четкая подача команд при страховке («Вира!», «Стоп!»), эффективное взаимодействие в связке.
Предметные	По итогам первого года обучения (5 класс) обучающийся должен: Знать: Правила ТБ на скалодроме. Виды зацепок и способы их использования. Устройство беседки и карабина. Владеть: Техникou надевания беседки. Базовой стойкой скалолаза. Простейшими узлами (восьмерка, проводник). Уметь: Лазать по вертикальной стене до 5 метров. Организовывать простейшую нижнюю страховку под контролем педагога. По итогам второго года обучения (6 класс) обучающийся должен: Знать: Виды страховочных систем. Правила работы с жумаром и спусковым устройством. Тактику прохождения сложных участков.

	Владеть: Техникой работы ног (точность постановки). Навыками самостраховки на станции. Уметь: Лазать по стенам с небольшим нависанием. Организовывать верхнюю страховку. Спускаться на спусковом устройстве. По итогам третьего года обучения (7 класс) обучающийся должен: Знать: Основы тактики соревнований (лидерство, трудность). Виды динамических движений. Правила оказания первой помощи при растяжениях. Владеть: Техникой работы в распоре и на зацепах малого размера. Навыками быстрой вязки контрольных узлов. Уметь: Проходить маршруты категории сложности до 5А/5В. Организовывать полиспасты для подъема груза. По итогам четвертого года обучения (8 класс) обучающийся должен: Знать: Методику составления тренировочного плана. Судейскую этику и правила соревнований. Основы альпинистской топографии. Владеть: Техникой лазания на скорость (болдеринг/трудность). Навыками организации аварийного спуска. Уметь: Судить школьные этапы соревнований. Проводить разминку для младших групп. По итогам пятого года обучения (9 класс) обучающийся должен: Знать: Методику обучения начальным навыкам скалолазания. Организацию массовых спортивных мероприятий. Владеть: Навыками инструкторской деятельности. Уметь: Проводить мастер-классы для начинающих. Организовывать и судить муниципальные этапы. Защищать исследовательский проект по теме скалолазания или туризма.
--	---

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа интегрирована с модулями «Физическое воспитание», «Трудовое воспитание» и «Патриотическое воспитание». Особое внимание уделяется: Формированию готовности к защите Отечества через развитие физической силы и выносливости. Воспитанию чувства коллективизма и доверия через работу в связках. Пропаганде здорового образа жизни и отказу от вредных привычек. Развитию экологической культуры через принципы «Leave No Trace» (не оставлять следов) при выездах на природу.

Содержание программы

Раздел 1. Введение и техника безопасности История скалолазания. Правила поведения на скалодроме. Инструктаж по охране труда. Знакомство со снаряжением.

Раздел 2. Основы техники лазания Работа ног и рук. Центр тяжести. Чтение маршрута. Виды зацепок. Тактика прохождения трасс.

Раздел 3. Альпинистская подготовка и узлы Виды узлов (восьмерка, проводник, булинь, схватывающий). Организация станций. Работа с карабинами и оттяжками.

Раздел 4. Страховка и спуск Нижняя и верхняя страховка. Команды связки. Работа со спусковыми устройствами. Самостраховка.

Раздел 5. Физическая подготовка Развитие силы пальцев, спины, ног. Растяжка. Координационные упражнения. Кроссфит-элементы.

Раздел 6. Соревновательная деятельность и наставничество Подготовка к соревнованиям. Судейство. Проведение мастер-классов. Исследовательская деятельность.

Тематическое планирование

№	Раздел / Тема	Виды деятельности обучающихся	1 год (5 кл.)	2 год (6 кл.)	3 год (7 кл.)	4 год (8 кл.)	5 год (9 кл.)
1.	Введение. Правовые основы и ТБ.	Изучение правил ТБ на скалодроме. Знакомство со снаряжением. Алгоритмы безопасности.	2	2	2	2	2
2.	Основы техники лазания.	Работа ног и рук. Чтение маршрутов. Лазание по вертикали и углу.	10	8	6	4	2
3.	Альпинистские узлы и снаряжение.	Вязка узлов. Работа с карабинами, оттяжками, беседками.	6	4	3	2	1
4.	Страховка и спуск.	Нижняя и верхняя страховка. Команды связки. Спуск на устройстве.	6	6	4	3	2
5.	Физическая подготовка (ОФП/СФП).	Силовые упражнения, растяжка, координация. (Интегрировано в разминку + спец. блоки)	4	4	3	2	1
6.	Тактика лазания и сложные элементы.	Динамические движения, работа на нависании, боулдеринг.	2	3	4	4	2
7.	Туризм и выживание (выездные).	Ориентирование, палаточный городок, костер, экология.	2	2	2	2	2
8.	Соревнования, судейство, наставничество.	Участие в соревнованиях. Судейская практика. Обучение младших.	—	—	2	4	8
9.	Краеведение и исследовательская деятельность.	История альпинизма. Написание и защита проектов.	1	1	2	3	6
10.	Итоговый контроль.	Зачеты, нормативы, защита проектов, выпускной квест.	1	4	6	8	8
	ИТОГО:		34	34	34	34	34

** В 7-9 классах часы резервного времени используются для углубленной подготовки к участию в соревнованиях и проведения дополнительных сборов с партнерами (МЧС, вузы).*

Учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Каникулы
1 год (5 кл.)	01.09.2026	25.05.2027	34	Осенние, зимние, весенние, летние
2 год (6 кл.)	01.09.2027	25.05.2028	34	Осенние, зимние, весенние, летние
3 год (7 кл.)	01.09.2028	25.05.2029	34	Осенние, зимние, весенние, летние
4 год (8 кл.)	01.09.2029	25.05.2030	34	Осенние, зимние, весенние, летние
5 год (9 кл.)	01.09.2030	25.05.2031	34	Осенние, зимние, весенние, летние

**График может корректироваться в связи с погодными условиями, проведением соревнований и выездными сборами. Часы практических занятий на скалодроме при невозможности проведения могут быть заменены на теоретический разбор техники.*

Поурочное планирование (5–9 классы)

5 класс (1-й год обучения)

(Тема: «Основы безопасности и начальная техника лазания»)

№ п/п	Раздел / Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1	Введение. Инструктаж по ТБ. Знакомство со скалодромом.	Правила поведения. Зоны опасности. Устройство скалодрома.	Изучение правил ТБ. Экскурсия по скалодрому.
2	Снаряжение скалолаза.	Беседка, карабины, магний.	Правильное надевание беседки. Проверка снаряжения.
3	Основы техники: работа ног.	Точность постановки ноги. «Тихие ноги».	Лазание по простым трассам с акцентом на ноги.
4	Основы техники: работа рук.	Виды хватов (открытый, закрытый).	Отработка хватов на зацепках разного типа.
5	Альпинистские узлы (база).	Узел «Восьмерка», «Проводник».	Вязка узлов на время и на качество.
6	Нижняя страховка (теория и практика).	Принцип работы. Позиция страхующего.	Отработка позиции страхующего на земле.
7	Лазание по вертикальной стене.	Прямая стена до 5 метров.	Преодоление простых маршрутов под страховкой педагога.
8	Координация и баланс.	Работа на равновесие.	Упражнения на балансирах, лазание с закрытыми глазами (короткие дистанции).
9	ОФП: сила и гибкость.	Упражнения для кистей, пресса, спины. Растяжка.	Комплекс ОФП. Стретчинг.
10	Верхняя страховка (знакомство).	Станция наверху. Само-страховка.	Подъем к станции, пристегивание, команды.
11	Спуск на спусковом устройстве.	Техника спуска. Контроль скорости.	Спуск с небольшой высоты под контролем.
12	Игра «Скалолазный лабиринт».	Командная эстафета с элементами лазания.	Прохождение полосы препятствий.
13	Подготовка к итоговому зачету.	Повторение узлов, стоек, команд.	Отработка связки «лазающий – страхующий».
14	Итоговый зачет «Юный скалолаз».	Прохождение трассы 5а. Вязка узлов.	Демонстрация навыков.
15-34	Резерв времени / ОФП / Краеведение.	Общая физическая подготовка. История альпинизма.	Кроссы, игры. Просмотр фильмов о горах.

6 класс (2-й год обучения)

(Тема: «Уверенная страховка и техника на углах»)

№ п/п	Раздел / Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. ТБ.	Повторение правил. Новые виды зацепок.	Анализ ошибок прошлого года.
2	Узлы для соединения веревок.	Прямой, ткацкий, грейпвайн.	Вязка узлов, тестирование на прочность (визуально).
3	Техника лазания на углу.	Работа в распоре. Перенос веса.	Лазание по внутреннему углу.
4	Верхняя страховка (практика).	Организация станции. Спуск партнера.	Работа в парах: один лазает, другой страхует сверху.
5	Чтение маршрута.	Анализ ключей. Планирование движений.	Разбор схемы трассы перед лазанием.
6	Динамические движения (база).	Мах, дожим.	Отработка простых динамических движений на боулдеринге.
7	ОФП: сила пальцев и предплечий.	Висы, подтягивания.	Специальная физическая подготовка.
8	Спасательные узлы.	Схватывающий узел (прустик, австрийский).	Вязка схватывающих узлов на основной веревке.
9	Лазание на выносливость.	Прохождение длинных трасс без срыва.	Тренировка аэробной выносливости.
10	Работа с магнием.	Правильное использование. Гигиена.	Отработка техники намагничивания.
11	Соревнования «Кубок школы».	Участие в внутришкольном первенстве.	Выступление в категории «трудность».
12	Судейство (знакомство).	Правила фиксации результата.	Помощь педагогу в подсчете попыток.
13	Выездное занятие (полигон).	Лазание на естественном рельефе (если возможно) или имитация.	Адаптация к нестандартным зацепкам.
14	Итоговый зачет.	Прохождение трассы 5b/5c. Страховка.	Комплексная проверка навыков.
15-34	Резерв времени / ОФП / Туризм.	Специальная подготовка. Элементы туризма.	Поход выходного дня (при наличии).

7 класс (3-й год обучения)

(Тема: «Тактика лазания и сложная страховка»)

№ п/п	Раздел / Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1	Введение. Тактика соревнований.	Виды соревнований: трудность, скорость, боулдеринг.	Изучение правил IFSC (упрощенно).
2	Техника лазания на нависании.	Работа корпусом. Отжимания от стены.	Лазание по отрицательному рельефу.
3	Организация промежуточных точек.	Щелкание оттяжек. Правильное положение веревки.	Отработка щелкания на разных высотах.
4	Сложные узлы и системы.	Полиспасты. Подъем груза.	Сборка простейшего полиспаста 2:1.
5	Скоростное лазание (база).	Техника спринта. Взрывная сила.	Забегание на короткую дистанцию на время.
6	ОФП: кроссфит-элементы.	Бёрпи, запрыгивания, планка.	Комплексная функциональная тренировка.
7	Первая помощь при травмах.	Растяжения, ушибы. Холод, покой.	Отработка алгоритмов действий при травме.
8	Лазание в связке (имитация).	Движение вместе со страховкой.	Синхронизация движений.
9	Психологическая подготовка.	Работа со страхом срыва.	Дыхательные упражнения. Визуализация.
10	Судейская практика.	Работа секретарем соревнований.	Заполнение протоколов.
11	Подготовка к муниципальным соревнованиям.	Интенсивные тренировки.	Отработка соревновательных трасс.
12	Участие в соревнованиях.	Выступление в категории «трудность» или «скорость».	Соревновательная деятельность.
13	Анализ выступлений.	Разбор ошибок.	Видеоанализ (при наличии).
14	Итоговый зачет.	Прохождение трассы ба. Сборка полиспаста.	Комплексный экзамен.
15-34	Резерв времени / ОФП / Туризм.	Подготовка к слету. Ориентирование.	Полевой выход.

8 класс (4-й год обучения)

(Тема: «Мастерство лазания и инструкторские навыки»)

№ п/п	Раздел / Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1	Введение. Роль лидера группы.	Ответственность старшего в связке.	Ролевая игра «Старший».
2	Продвинутая техника.	Пятка, крюк, флаг.	Отработка специфических элементов на боулдеринге.
3	Организация спасательных работ.	Спуск пострадавшего. Транспортировка.	Имитация эвакуации с маршрута.
4	Судейство соревнований.	Главный судья, стартер.	Самостоятельное проведение этапа соревнований.
5	Методика обучения.	Как объяснить новичку?	Разработка мини-урока для 5 класса.
6	Проведение мастер-класса.	Обучение младших узлов и страховке.	Реальная практика преподавания.
7	ОФП: максимальная сила.	Работа с дополнительным весом.	Силовые тренировки.
8	Тактика многодневных восхождений (теория).	Распределение сил, питание, сон.	Лекция-дискуссия.
9	Исследовательская деятельность.	Выбор темы проекта (например, «Биомеханика хвата»).	Сбор данных, анализ литературы.
10	Подготовка к проекту.	Написание работы.	Консультации с руководителем.
11	Участие в городских соревнованиях.	Выступление в старшей возрастной группе.	Соревновательная практика.
12	Анализ сезона.	Планирование следующего года.	Рефлексия.
13-34	Резерв времени / Корректировка плана.	Индивидуальные траектории. Подготовка к ЕГЭ (профиль).	Тренировки, проекты.

9 класс (5-й год обучения)

(Тема: «Наставничество, судейство и проектная деятельность»)

№ п/п	Раздел / Тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Часы
1	Введение. Роль старшего инструктора.	Обязанности руководителя группы на скалодроме. Контроль безопасности.	Изучение регламентов безопасности. Деловая игра «Дежурный инструктор».	4
2	Организация соревнований.	Составление положений, сеток, протоколов. Работа с оборудованием трассы.	Разработка положения о школьных соревнованиях. Развеска трасс.	6
3	Судейская коллегия.	Работа главного судьи, стартера, секретаря. Апелляции.	Проведение школьного этапа соревнований «Кубок Перспективы».	4
4	Методика преподавания скалолазания.	4-ступенчатый метод: демонстрация -> объяснение -> выполнение -> контроль. Возрастная психология.	Разработка плана-конспекта урока «Первое касание стены» для 5 класса.	6
5	Педагогическая практика.	Проведение занятия для младших школьников. Обучение технике безопасности и базовым узлам.	Проведение мастер-класса для шефского 5-го класса. Анализ обратной связи.	8
6	Продвинутые спасательные техники.	Организация спуска двойной веревкой. Использование блокирующих устройств.	Отработка сложных схем эвакуации на учебной стене.	8
7	Исследовательская деятельность.	Выбор темы выпускного проекта (например, «Влияние скалолазания на осанку подростков»).	Написание черновика работы. Консультации с научным руководителем.	10
8	Подготовка к защите проекта.	Оформление работы согласно требованиям. Создание презентации.	Предзащита проекта. Корректировка материалов.	8
9	Итоговая аттестация.	Зачет на звание «Юный инструктор по скалолазанию». Комплексный экзамен: практическое лазание + защита проекта + судейский билет.	Сдача нормативов. Защита проекта перед комиссией.	15*
10-34	Резерв времени / Корректировка плана.	Участие во всероссийских фестивалях детского спорта. Ликвидация отставания.	Поездки на форумы. Индивидуальные консультации.	68**

* Включает часы на подготовку и саму защиту.

** Часы резерва используются гибко в зависимости от графика соревнований и мероприятий.

Ресурсное обеспечение

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Скалодром» обеспечивается комплексом материально-технических, кадровых, информационных и методических ресурсов, базирующихся на уникальной инфраструктуре Ресурсного центра комплексной безопасности им. Б.Ф. Мокроусова, функционирующего на базе МАОУ СОШ №300 «Перспектива».

1. Материально-техническое обеспечение Обучение проводится с использованием специализированного альпинистского снаряжения и на современном скалодроме, позволяющем моделировать различные типы рельефа (вертикаль, угол, нависание) и отрабатывать навыки безопасного лазания и страховки.

А. Инфраструктура Ресурсного центра им. Б.Ф. Мокроусова:

Скалодром (высота 13,5 м): основной учебный полигон, оснащенный различными типами зацепок и рельефом для отработки техники лазания, организации верхней и нижней страховки, а также проведения спасательных работ на высоте.

Зона боулдеринга: участок стены небольшой высоты с мягким покрытием для отработки динамических движений, силы и координации без использования веревочной страховки.

Учебный класс: помещение для теоретических занятий, разбора схем маршрутов («чтения» трассы), изучения узлов и проведения инструктажей по технике безопасности.

Интерактивный музей ГО и ЧС: используется для краеведческой работы, изучения истории альпинизма и спасательного дела в горах.

Б. Специализированное снаряжение и оборудование (из расчета на группу):

Наименование учебных материалов	Единица измерения	Количество	Примечание
Альпинистское снаряжение			
Страховочно-спусковое устройство (Гри-гри, АТС и др.)	Шт.	8–10	Для организации страховки и спуска
Карабины муфтованные (винтовые)	Шт.	20–25	Для организации станций и страховки
Карабины обычные (без муфты)	Шт.	10–15	Для оттяжек и вспомогательных операций
Веревка динамическая (основная, 50–60 м)	Шт.	2–3	Для лазания с верхней страховкой
Веревка статическая (10–11 мм, 30–50 м)	Шт.	2	Для организации спусков и полиспастов
Оттяжки экспресс-быстрые	Шт.	10–15	Для организации промежуточных точек страховки
Петли репшура / Схватывающие шнуры	Шт.	10	Для вязки схватывающих узлов и петель
Индивидуальное снаряжение обучающегося			
Система страховочная (беседка)	Шт.	15	Подбирается индивидуально по размеру
Каска защитная альпинистская	Шт.	15	Обязательна при лазании и работе на станции
Магнезия (жидкая или в мешочке)	Комплект	По необходимости	Для улучшения сцепления рук с зацепками

Оборудование для спасательных работ на высоте			
Спусковое устройство восьмерка	Шт.	2–3	Для обучения классическому спуску
Жумар (восходящий блок)	Шт.	2	Для подъема по веревке
Полиспаст (блок-ролики)	Шт.	1–2	Для подъема грузов и эвакуации
Стропы альпинистские (разной длины)	Шт.	4–6	Для организации станций и перил
Носилки жесткие/мягкие (для эвакуации)	Шт.	1	Для отработки транспортировки пострадавшего
Учебно-наглядные пособия и ТСО			
Плакаты: «Виды узлов», «Схемы страховки», «Техника лазания»	Комплект	1	
Макеты зацепок и элементов рельефа	Комплект	1	Для изучения биомеханики хвата
Мультимедийный проектор и экран	Шт.	1	Для видеоанализа техники лазания
Персональный компьютер (ноутбук)	Шт.	1	Для работы с программами планирования маршрутов

2. Кадровое обеспечение

Программу реализуют педагоги дополнительного образования и инструкторы, имеющие профильное образование в области физической культуры и спорта, опыт работы в альпинизме или скалолазании, а также прошедшие повышение квалификации по направлениям «Организация и проведение занятий по скалолазанию» и «Безопасность при проведении высотных работ». Педагоги должны иметь действующие сертификаты инструкторов по скалолазанию или альпинизму.

Список рекомендуемой литературы (для педагога)

1. Повзик А.В. Пожарная тактика: учеб. пособие / А.В. Повзик. – Изд. перераб. и доп. – Москва: ЗАО Спецтехника, 2004. – 413 с.
2. Михайлюк С.А. Тактика аварийно-спасательных работ. Часть 1. Основы ведения аварийно-спасательных и газоспасательных работ: учебник / под общ. ред. проф. А.М. Манайенкова. – Москва: КУРС, 2023. – 296 с.
3. Федеральный закон от 21.12.1994 № 69-ФЗ «О пожарной безопасности» (с изменениями и дополнениями).
4. Приказ МЧС России от 18.11.2021 № 806 «Об определении порядка, видов, сроков обучения лиц, осуществляющих трудовую или служебную деятельность в организациях, по программам противопожарного инструктажа...».
5. Инструкции по эксплуатации гидравлического инструмента и дыхательных аппаратов на сжатом воздухе.
6. Сборник нормативов пожарной охраны [Электронный ресурс]. – URL: <https://mchs.gov.ru/dokumenty/svody-pravil/svody-pravil-mchs-rossii>

Список рекомендуемой литературы (для обучающихся)

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 5–9 классы: учебник / Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. [и др.]. – Москва: Просвещение, 2023.
2. Атлас добровольного спасателя. Настольная книга волонтера по оказанию первой помощи: практическое пособие для каждого, кто не может пройти мимо пострадавшего / под ред. проф. С.В. Петрова; В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. – Москва: ГАЛО БУБНОВ, 2021.
3. Памятка «Действия при пожаре». – МЧС России. [Электронный ресурс].
4. Видеофильмы: «Огонь: друг или враг?», «Профессия – спасать», «И.П. Павлов» (для изучения рефлексов и поведения в стрессе).
5. Журнал «Юный спасатель» (специализированные выпуски по пожарной безопасности).