

Областной центр детско-юношеского туризма и экологии управления образования акимата ЗКО

«Утверждаю»  
директор ОЦДЮТиЭ  
\_\_\_\_\_ Фомин В.П.

«Согласовано»  
Заведующая отделом краеведения и регионального сотрудничества  
\_\_\_\_\_ Альмуханова Р.С.

Календарный план занятий  
кружка «Ритм»  
(2019-2020 учебный год)

Педагог дополнительного образования: Сарсенгалиев Ф.С.

Уральск 2019

Календарное планирование на  
2019 —2020 учебный год 24часа в неделю

Всего уроков 144  
Итоговая контрольная работа – 1

№ п/п	№ в теме, дата	Домашнее задание	Тема	Практическая часть	Контроль	Дата
<b>Тема 1. Введение. Краеведческая работа в походе (50 часов).</b>						
1.	1.1.	№ 1	Введение. Вводное занятие			17.20/09.19г
2.	1.2.	Конспект.	Организационное занятие. Постановка целей и задач на учебный год.			24.27/09.19г
3.	1.3.		Поход выходного дня.	Экскурсия		<i>В течение года.</i>
<b>Тема 2. Общая характеристика края - (10 часов)</b>						
4.	2.1	Аннотация монографии	Знакомство с картой ЗКО. Территория и географическое расположение края, района, своего населенного пункта; памятные исторические места. Особенности природы края: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые. Памятники природы. Практические занятия (4 часа) Определение границ края и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия.			01.4.8.11.15.18/10
5	2.2		Поход выходного дня	Поход		22.25/10
<b>Тема №3. Культура и народные традиции. (8 часов)</b>						
6		<b>3.1</b>	Население края, этнический состав. Материальная, духовная культура, традиции яицких казаков. Искусство, выдающиеся деятели культуры . достопримечательности Практическая работа (2 часа) Благоустройство памятников культуры .			04.8.12.15/11

<b>Тема №4. Природа и экология. (4 часа)</b>						
7	4.1.	Сбор материалов в интернете	Растительный и животный мир ЗКО, Красная Книга. Водоемы края; почвы. Природные сообщества. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе.	Экскурсия		19/11
8	4.2.	Сбор материалов в интернете	Природные сообщества. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе.	Экскурсия		22/11
9	4.3	Сообщение	Посадка зеленых насаждений. Очистка лесов, родников, Охрана памятников природы.			
<b>Тема №5 Топонимика (6 часов)</b>						
10	5.1	конспект	История названий географических объектов ЗКО: общеизвестных населенных пунктов, своего района и населенного пункта, рек и водоемов.			26.29/11 03/12
<b>Тема №6 Сбор краеведческого материала в походе (16 часов)</b>						
11	6.1	Сообщение	Формы туристско-краеведческой и туристической деятельности учащихся: беседы, экскурсии, походы...			06.10.13/12
12	6.2	Сообщение	Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов.			18.20/12
13	6.3		Практические занятия: (14 часов) Метеорологические наблюдения, изучение народных примет. Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, степи, гор, рек и водоемов. Наблюдение и исследование растительного мира края. Фотографирование и ведение дневника наблюдений. Посещение областного краеведческого музея, памятников истории и культуры края, памятников природы и мест, интересных своеобразным проявлением природы. Составление описаний экскурсионных объектов. Встречи со старожилами-краеведами. Оформление историко-краеведческой туристической газеты.	Экскурсия		24/12
<b>Раздел 2. Основы туристской подготовки ( 92 часа)</b>						
<b>Тема № 7 Организация и проведение туристических походов (10 часов)</b>						
14	7.1		Поход - основная форма историко-краеведческой деятельности. Правила организации и доведения туристических походов. Распределение обязанностей в группе. Режим ходового дня. Хронометраж движения. Организация питания в походе.			10.14.17.21.24/01
15	7.2		Практический занятия: Движение колонной, направляющий, замыкающий.			24.28./01 11.14.18/02

			Строевой и походный шаг, развертывание и свертывание бивака. Приготовление пищи на костре. Виды костров. Обсуждение итогов походов.			
<b>Тема № 8</b> <b>Техника безопасности. (4 часа)</b>						
16	8.1		Основы безопасности проведения занятий в учебном классе, спортзале, на природе. Правила поведения на природе, меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря. фактический занятия (2 часа)			21/02
17	8.2		Закрепление на практике знаний и умений полученных на теоретических занятиях.			25/02
<b>Тема № 9</b> <b>Туристическое снаряжение. (6 часов)</b>						
18	9.1	Сообщение	Групповое, личное и индивидуальное снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство.			28.02
19	9.2		Устройство туристической палатки. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования ним, кладка рюкзака. Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Узлы, их назначение и применение.			03/03
20	9.3		Практическое занятие: Установка и снятие палатки, укладка рюкзака, вязка узлов, ремонт тур. Снаряжения			06/03
<b>Тема № 10</b> <b>Туристическая техника (10 часов)</b>						
21	10.1	Фото и видео презентации	Туристическая техника и основные виды туристического многоборья, туристическая полоса препятствий. Практические занятия ( 8 часов) Преодоление препятствий. Организация «Веселых стартов» и эстафет по тур. Технике между командами, классами, в школе.			10.13.17.20/03
<b>Тема № 11</b> <b>Практическая подготовка.</b>						
22	11.1	Обзор источников	Понятие о практике и технике в пешеходном туризме. Виды и нормы нагрузок в походе. Режим и темп движения.			<i>В течение года.</i>

			Планирование основного и вспомогательного маршрутов.			
23	11.2		Практические занятия: Выбор пути движения, передвижение в составе группы. Профилактика аварийных ситуаций в пешеходных походах.			<i>В течение года.</i>
<b>Тема № 12 Топографическая подготовка и ориентирование (10 часов)</b>						
24	12.1	Сбор инфо в интернете	Знакомство с топографической картой, масштаб. Условные знаки, определение расстояния на карте и на местности.			07.10/04
25	12.2	Фото и видео презентации	Практические занятия ( 6 часов) Зарисовка топографических знаков, изменение расстояний по карте и на местности (шагами, во времени, визуально). Развитие глазомера. Упражнение с масштабами топографических карт. Определение сторон горизонта по компасу, упражнение в определении азимута на предмет.			14.17.21/04
<b>Тема № 13 Медико-санитарная подготовка (6 часов)</b>						
26	13.1	Сбор инфо в интернете	Гигиена туриста. Гигиенический требования к одежде, постели, посуде туриста. Гигиена в условиях полевого лагеря. Профилактика заболеваний и несчастных случаев. Состав медицинской аптечки.			24.28/04
27	13.2	Фото и видео презентации	Организация первой доврачебной помощи. фактические занятия (2 часов) Комплектование мед. аптечки, изучение приемов оказания доврачебной помощи условно пострадавшему.			05/05
<b>Тема № 14</b>						
<b>Общая физическая подготовка - (40 часов)</b>						
28	14.1		Практические занятия различными видами ходьбы, бега. Упражнения направленные на развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости, упражнения на равновесие и расслабление; спортивные и подвижные игры, легкая атлетика. Организация кроссов, эстафет, «веселых стартов».			<i>В течение года.</i> 08.12.15.19.22/05
29	14.2		<b>Зачетный поход.</b> Подготовка к зачетному походу. Участие и подведение итогов зачетного похода.			

**Итого : 144 ч.**