

Батыс Қазақстан облысының әкімдігі білім басқармасының  
балалар мен жасөспірімдер туризм және экология орталығы

«Бекітемін»  
ОБЖТжЭО-ң директоры  
\_\_\_\_\_Фомин В.П.

«Келісілді»  
Спорттық бағдарлау бөлімінің меңгерушісі  
\_\_\_\_\_Нурманов Р.Е.

Спорттық бағдарлау бағыты бойынша  
«Қайсар» үйірмесінің  
Күнтізбелік тақырыптық жоспары  
(2018 – 2019 оқу жылы)

Қосымша білім беру педогогы  
Исполов Д.С.

Орал қаласы 2018ж

## Күнтізбелік жоспар

I оқу жылы

Айы	№ р/с	Тақырыптар	Сағат саны	Тео рия	Прак тика	Күні
Қыркүйек	1	Спорттық бағдарлауға кіріспе	2	2		8-9/09.18ж
	2	Туризм, спорттық бағдарлау тарихы	2	2		15-16/09.18
	3	Туризмдегі қауіпсіздік ережелері	2	2		22-23/09.18
	4	Спорттық бағдарлаудың алғы шарттары	2	2		29-30/09.18
Қазан	<b>Топография негіздері</b>					
	5	Айналаны бағдарлау	2	1	1	06/10.2018
	6	Компас туралы ұғым	2	2		13/10.2018
	7	Карта дегеніміз не? Оның түрлері	2	2		20/10.2018
	8	Шартты белгілер(картадағы белгілерді оқу)	2	2		21/10.2018
	<b>Жергілікті жерді өлшеу тәсілдері</b>					
	9	Көзбен, қадаммен өлшеу әдістері	4	2	2	27/10.2018
10	Арақашықтықты анықтап үйрену	4	2	2	28/10.2018	
Қараша	<b>Бағдарлау негіздері</b>					
	11	Төрт бағытты анықтай білу	4	2	2	03/11.2018
	12	Картадан тұрған жерін анықтай білу	2	2		10/11.2018
	13	Компастан ориентир (бағыт) анықтау	4	2	2	17/11.2018
	14	Табиғи белгілерге бағыт ұстап анықтай білу	4	2	2	24/11.2018
15	Азимут анықтауға үйрену	4	2	2	25/11.2018	
Желтоқсан	<b>Бағдарлау тәсілдері</b>					
	16	Карта көмегімен қажетті бағытқа қозғалу	2	1	1	01/12.2018
	17	Нысанаға бағыт таңдау	4	2	2	8-9/12.2018
	18	Практика: Бағдарлау жаттығулары. Берілген бағытта бағдарлау, таңдау бойынша бағдар.	2	1	1	15/12.2018
	<b>Шаңғымен бағдарлауға дайындық</b>					
	19	Шаңғымен бағдарлау туралы түсінік	2	2		22/12.2018
20	Шаңғымен бағдарлау кезіндегі қауіпсіздік	2	2		29/12.2018	
Қаңтар	21	Қысқы туризмге керекті құрал-саймандар	4	2	2	5-6/01.2019
	22	Қысқы палаткалар, ерекшеліктері	4	2	2	12-13/01.19
	23	Ұйықтайтын қаптар және төсеніштер құрлы	2	2		19/01.2019
	24	Қысқы киімдер, аяқ киімдер	2	2		20/01.2019
	25	Шаңғы түрлері, күтіп баптау, бағдарлаушы киімдері	4	2	2	26-27/01.19
<b>Шаңғымен техникасын меңгеру</b>						
Ақпан	26	Шаңғы мен аяқ киім таңдау қағидасы	2		2	02/02.2019
	27	Дистанция сақтап жүру ережесі	2		2	09/02.2019
	28	Шаңғымен түсу, тоқтау ережесі	4		4	16-17/02.19
	29	Шаңғымен қабатқа көтерілу, кедергілер арқылы өту	4	2	2	23-24/02.19
Наурыз	30	Қысқы бағдарлау ерекшеліктері	8	2	6	02-03/03.19
	31	Практика: Шаңғымен табиғат аясына саяхат	12	2	10	09-17/03.19
	<b>Спорттық жаттығу гигиенасы, спортшының жеке күтімі алғашқы дәрігерлік көмек</b>					
	32	Жеке гигиена	2	2		23/03.2019
33	Аяқтың қажалуы және мазелдар	2	2		30/03.2019	

<b>Сәуір</b>	34	Спорттық бағдарлау тактикасы	2	2		6/04.2019ж	
	35	Спорттық бағдарлау жарысының құжаттары	2	2		7/04.2019	
	36	Бағдарлаушының физикалық дайындығы	4		4	23-14/04.19	
	37	Спорттық бағдарлау жарысы	8	2	6	20-21/04.19	
	38	Жарыс ұпайын есепту, қортындылау	2	2		27/04.2019	
<b>Мамыр</b>	39	Күн тию, тау ауруы.	4	2	2	4-5/05.2019	
	40	Іштің ауруы және көз аурулары	2	2		11/05.2019	
	41	Сіңірдің созылуы, сүйектің тайып кетуі, жарақаттан қан кету Сүйектің сыну, уақытша естен тану	4	4		12/05.2019	
	42	Улы жандіктердің шағуынан қорғану	4	2	2	18/05.2019	
	<b>Ауа райы жағдайы</b>						
	43	Метерологиялық элементтер туралы түсінік Желдің бағытын анықтау	4	4		19/05.2019	
		<b>Барлығы</b>	<b>144</b>	<b>80</b>	<b>64</b>		
<b>Есептік жорық</b>							
<b>Маусым</b>		Азық – түлік тізмін құру	2	2		02/06.2019	
		Құрал саймандар дайындау	4		4	08-09/06.19	
		Жорыққа шығу	8		8	15-16/06.19	
		Жорық есебін жазу	2	2		22/06.2019	
		Барлығы:	16	4	12		