

«ПРИНЯТО»:

на заседании Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района
Санкт-Петербурга

Протокол № 1
«30» августа 2017.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Кировского района Санкт-Петербурга
Е.С. Ясинская

«31» августа 2017.

У.С.Я.

Календарно-тематическое планирование
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Спортивное и городское ориентирование»
педагога дополнительного образования **Боголюбова Д.А.**
(Ф.И.О.)

Год обучения 2

Группа № 670

	Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
	Планируемая	Фактическая			
	Введение			2	
	01.09.2017		Введение	2 ✓	
1.1	Снаряжение			4	
	08.09.2017		Снаряжение спортсмена	2 ✓	
	15.09.2017		Прохождение контрольной дистанции	2 ✓	
1.2	Топография, условные знаки. Спортивная карта.			8	
	27.10.2017		Топография	2 ✓	
	03.11.2017		Условные знаки	2 ✓	
	10.11.2017		Спортивная карта	2 ✓	
	17.11.2017		Практическая работа	2 ✓	
1.3	Правила судейства на соревнованиях			14	
	22.09.2017		Введение в тему	2 ✓	
	29.09.2017		Правила судейства	2 ✓	
	13.10.2017		Подготовка старта-финиша	2 ✓	
	08.12.2017		Оформление протоколов	2 ✓	
	15.12.2017		Судейская практика	2 ✓	
	17.12.2017		Практическая работа	4 ✓	
1.4	Правила дорожного движения для пешехода			4	
	10.12.2017		Тренинг	4 ✓	
1.5	Тактика прохождения дистанции			4	
	22.12.2017		Практика	2 ✓	
	29.12.2017		Прохождение контрольной дистанции	2 ✓	
1.6	Основы туристской подготовки			26	
	12.01.2018		Введение в тему	2 ✓	
	19.01.2018		География и топография	2 ✓	
	26.01.2018	<u>06.09</u>	Снаряжение	2 ✓	
	02.02.2018		Вопросы отдыха и питания	2 ✓	
	09.02.2018		Вопросы мед.помощи	2 ✓	
	16.02.2018		Практика	2 ✓	
	02.03.2018		Туристские маршруты	2 ✓	
	16.03.2018		Вопросы технического обеспечения	2 ✓	
	23.03.2018		Практика	2 ✓	

	13.05.2018		Ознакомительный поход	4	
	18.05.2018		Обобщение темы	2	
	20.05.2018		Тест	2	
2.1	Общая физическая подготовка			10	
	03.09.2017		Тренировка	4 ✓	
	10.09.2017		Тренировка	4 ✓	
	06.10.2017		Тренировка	2 ✓	
2.2	Специальная физическая подготовка			20	
	17.09.2017		Тренировка	4 ✓	
	24.09.2017		Тренировка	4 ✓	
	01.10.2017		Тренировка	4 ✓	
	08.10.2017		Тренировка	4 ✓	
	15.10.2017		Тренировка	4 ✓	
2.3	Техническая подготовка			18	
	22.10.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	29.10.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	05.11.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	12.11.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	24.11.2017		Прохождение контрольной дистанции	2 ✓	
2.4	Тактическая подготовка			10	
	19.11.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	26.11.2017		Тренировочная дистанция	4 ✓	
	01.12.2017		Прохождение контрольной дистанции	2 ✓	
2.5	Контрольные соревнования по городскому ориентированию			40	
	24.12.2017		Соревнования	4 ✓	
	14.01.2018		Соревнования	4 ✓	
	21.01.2018		Соревнования	4 ✓	
	28.01.2018	08.04	Соревнования	4	
	04.02.2018		Соревнования	4 ✓	
	11.02.2018		Соревнования	4 ✓	
	18.02.2018		Соревнования	4 ✓	
	25.02.2018		Соревнования	4 ✓	
	04.03.2018		Соревнования	4 ✓	
	11.03.2018		Соревнования	4 ✓	
2.6	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию			40	
	18.03.2018		Соревнования	4 ✓	
	25.03.2018		Соревнования	4 ✓	
	30.03.2018		Соревнования	✓ 2	
	01.04.2018		Соревнования	4	
	06.04.2018	13.04	Соревнования	2	
	08.04.2018	15.04	Соревнования	4	
	13.04.2018		Соревнования	2	
	15.04.2018		Соревнования	4	
	22.04.2018		Соревнования	4	
	27.04.2018		Соревнования	2	
	29.04.2018		Соревнования	4	
	06.05.2018		Соревнования	4	
2.7	Итоговое занятие			2	
	04.05.2018		Анализ результатов за год	2	
	Учебно-массовые мероприятия			14	
	20.10.2017		Завершение летнего сезона	2 ✓	
	03.12.2017		День спортсмена	4 ✓	
	31.12.2017		Новогодний праздник	4 ✓	
	20.04.2018		Показательные выступления	2	
	11.05.2018		Итоговый праздник	2	