

«ПРИНЯТО»:

на заседании Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1
«31 августа 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Кировского района Санкт-Петербурга
Е.С. Ясинская
пр 40-ОД от «31» августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**календарно-тематическое планирование
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Спортивное ориентирование. Маршрут к успеху»
педагога дополнительного образования Бевза Т.В.
2 год обучения
Группа № Б2**

№ п/п	Дата планируемая	Тема занятия	Кол-во часов	Фактическая дата проведения	Примечание
1	06.09.2020	Введение (2) Топография, условные знаки. Спортивная карта.(2)	4		
2	07.09.2020	Топография, условные знаки. Спортивная карта.	2		
3	13.09.2020	Топография, условные знаки. Спортивная карта.	4		
4	14.09.2020	Правила судейства на соревнованиях	2		
5	20.09.2020	Правила судейства на соревнованиях	4		
6	21.09.2020	Правила судейства на соревнованиях	2		
7	27.09.2020	Снаряжение	4		
8	28.09.2020	Правила судейства на соревнованиях	2		
9	04.10.2020	Правила дорожного движения пешехода	4		
10	05.10.2020	Правила судейства на соревнованиях	2		
11	11.10.2020	Тактика прохождения дистанции	4		
12	12.10.2020	Правила судейства на соревнованиях	2		
13	18.10.2020	Техническая подготовка	4		
14	19.10.2020	Общая физическая подготовка	2		
15	25.10.2020	Техническая подготовка	4		
16	26.10.2020	Техническая подготовка	2		
17	01.11.2020	Техническая подготовка	4		
18	02.11.2020	Общая физическая подготовка	2		
19	08.11.2020	Техническая подготовка	4		

20	09.11.2020	Тактическая подготовка	2		
21	15.11.2020	Тактическая подготовка	4		
22	16.11.2020	Общая физическая подготовка	2		
23	22.11.2020	Тактическая подготовка	4		
24	23.11.2020	Основы туристской подготовки	2		
25	29.11.2020	Основы туристской подготовки	4		
26	30.11.2020	Общая физическая подготовка	2		
27	06.12.2020	Основы туристской подготовки	4		
28	07.12.2020	Специальная физическая подготовка	2		
29	13.12.2020	Учебно-массовые мероприятия	4		
30	14.12.2020	Общая физическая подготовка	2		
31	20.12.2020	Учебно-массовые мероприятия	4		
32	21.12.2020	Специальная физическая подготовка	2		
33	27.12.2020	Учебно-массовые мероприятия	4		
34	28.12.2020	Учебно-массовые мероприятия	2		
35	10.01.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
36	11.01.2021	Специальная физическая подготовка	2		
37	17.01.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
38	18.01.2021	Общая физическая подготовка	2		
39	24.01.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
40	25.01.2021	Специальная физическая подготовка	2		
41	31.01.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
42	01.02.2021	Общая физическая подготовка	2		
43	07.02.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
44	08.02.2021	Специальная физическая подготовка	2		
45	14.02.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
46	15.02.2021	Общая физическая подготовка	2		
47	21.02.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
48	22.02.2021	Специальная физическая подготовка	2		

49	28.02.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
50	01.03.2021	Общая физическая подготовка	2		
51	07.03.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
52	14.03.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
53	15.03.2021	Специальная физическая подготовка	2		
54	21.03.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
55	22.03.2021	Общая физическая подготовка	2		
56	28.03.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
57	29.03.2021	Специальная физическая подготовка	2		
58	04.04.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
59	05.04.2021	Общая физическая подготовка	2		
60	11.04.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
61	12.04.2021	Специальная физическая подготовка	2		
62	18.04.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
63	19.04.2021	Общая физическая подготовка	2		
64	25.04.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
65	26.04.2021	Специальная физическая подготовка	2		
66	02.05.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
67	10.05.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
68	16.05.2021	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию	4		
69	17.05.2021	Общая физическая подготовка	2		
70	23.05.2021	Контрольные соревнования по городскому ориентированию	4		
71	24.05.2021	Итоговое занятие	2		
			216		