ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008E6619B4FB72547B8086D51CDDAE74B5
Владелец: Муртазалиев Ислам Султанович
Действителен: с 22.11.2022 до 15.02.2024

Календарный учебный график

Модуль I «Стартовый»: начальная туристская подготовка								
№ п/п	**Фактич. дата проведения занятия**	**Плановая дата проведения занятия**	**Время проведения занятия**	**Форма занятия**	**Кол-во часов**	**Тема**	**Место проведения**	**Форма контроля**
1.				Комбинированное	2	**Вводное занятие.** История создания велосипеда и его эволюция. Инструктаж по технике безопасности. Меры безопасности и предупреждение травматизма в велотуризме, в велопоходах, велосоревнованиях, велоиграх итд.		Знакомство с учащихся, беседа, краткий опрос.
2.				Комбинированное	2	**Профориентация** Туристско-краеведческая деятельность как основа начальной профессиональной подготовки и повышения интереса к профессиям		Беседа, устный опрос, индивидуальный опрос
3.				Комбинированное	2	**Общетуристское снаряжение**: типы костров, вело рюкзак, виды палаток и их значение в походе, правила устройства бивака, индивидуальный ремонтный набор, аптечка, общегрупповая, фонарик, топливо для горелок, групповая канистра для воды и		Педагогический контроль, анализ тренированных и учебных занятий, , смотр знаний и умений и навыков
4.				Комбинированное	2	**Общетуристское снаряжение**: типы костров, вело рюкзак, виды палаток и их значение в походе, правила устройства бивака, индивидуальный ремонтный набор, аптечка, общегрупповая, фонарик, топливо для горелок, групповая канистра для воды		Педагогический контроль, анализ тренированных и учебных занятий, , смотр знаний и умений и навыков

5.				Комбинированное	2	**Общетуристское снаряжение**: типы костров, вело рюкзак, виды палаток и их значение в походе, правила устройства бивака, индивидуальный ремонтный набор, аптечка, общегрупповая, фонарик, топливо для горелок, групповая канистра для воды итд.		Педагогический контроль, анализ тренированных и учебных занятий, , смотр знаний и умений и навыков
6.				Комбинированное	2	**Общетуристское снаряжение**: типы костров, вело рюкзак, виды палаток и их значение в походе, правила устройства бивака, индивидуальный ремонтный набор, аптечка, общегрупповая, фонарик, топливо для горелок, групповая канистра для воды итд.		Педагогический контроль, анализ тренированных и учебных занятий,
7.				Комбинированное	**2**	**Узлы:** туристские узлы их, назначение и виды, инструкции вязания узлов. Описание некоторых узлов и их применение в спортивном туризме		фронтальный опрос, индивидуальный опрос
8.				Комбинированное	**2**	**Узлы:** туристские узлы их, назначение и виды, инструкции вязания узлов. Описание некоторых узлов и их применение в спортивном туризме		практическое задание, фронтальный опрос, индивидуальный опрос
9.				Комбинированное	**2**	**Индивидуальная страховочная система:** классификация и виды страховочных систем, инструкция по применению самостраховки, элементы страховочных систем. Понятие динамической и статической нагрузки страховочных систем.		Учебное занятие смотр знаний, умений и навыков
10.				Комбинированное	**2**	**Индивидуальная страховочная система:** классификация и виды страховочных систем, инструкция по применению самостраховки, элементы страховочных систем. Понятие динамической и статической нагрузки страховочных систем.		Учебное занятие смотр знаний, умений и навыков

11.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия** 1.Устройство, монтаж регулировка и обслуживание велосипеда. Расширение знаний учеников о велосипеде, его устройстве, снаряжении, научить самостоятельно ухаживать за велосипедом (т.е. техническому обслуживанию). 2. Правила безопасности при ремонте и обслуживании велосипеда.		Учебное занятие смотр знаний, практическое задание, наблюдение опрос, предварительный контроль
12.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия** 1.Устройство, монтаж регулировка и обслуживание велосипеда. Расширение знаний учеников о велосипеде, его устройстве, снаряжении, научить самостоятельно ухаживать за велосипедом (т.е. техническому обслуживанию). 2. Правила безопасности при ремонте и обслуживании велосипеда.		Учебное занятие смотр знаний, практическое задание, наблюдение опрос, предварительный контроль
13.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия** 1.Устройство, монтаж регулировка и обслуживание велосипеда. Расширение знаний учеников о велосипеде, его устройстве, снаряжении, научить самостоятельно ухаживать за велосипедом (т.е. техническому обслуживанию). 2. Правила безопасности при ремонте и обслуживании велосипеда.		Учебное занятие смотр знаний, практическое задание, наблюдение опрос, предварительный контроль
14.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия** 1.Устройство, монтаж регулировка и обслуживание велосипеда. Расширение знаний учеников о велосипеде, его устройстве, снаряжении, научить самостоятельно ухаживать за велосипедом (т.е. техническому обслуживанию). 2. Правила безопасности при ремонте и обслуживании велосипеда.		Учебное занятие смотр знаний, практическое задание, наблюдение опрос, предварительный контроль

15.				Комбинированное	**2**	**Типы и виды велосипедов:** основные виды велосипедов и их назначение. Классификация туристических велосипедов. Велосипед. Его строение регулировка, техническое обслуживание и ремонт. Эксплуатация велосипедов в походных условиях.		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, беседа
16.				Комбинированное	**2**	**Типы и виды велосипедов:** основные виды велосипедов и их назначение. Классификация туристических велосипедов. Велосипед. Его строение регулировка, техническое обслуживание и ремонт. Эксплуатация велосипедов в походных условиях.		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, беседа
17.				Комбинированное	**2**	**Правила дорожного движения:** беседа по ПДД. Основные положения правил дорожного движения, касающиеся велосипедистов. Анализ характерных нарушений правил дорожного движения.		Беседа, опрос, педагогический контроль, устная проверка знаний
18.					**2**	**Дорожные знаки.** **Основные дорожные знаки.**		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование
19.					**2**	**Предназначение дорожных знаков и сигнальной разметки**		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование
20.				Комбинированное	**2**	**Физическая подготовка велотуриста, общие правила безопасности:** меры безопасности и предупреждение травматизма при проведении занятий по физической подготовке велотуристов.		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование

21.					**2**	**Физическая подготовка велотуриста, общие правила безопасности: меры безопасности и предупреждение травматизма при проведении занятий по физической подготовке велотуристов.**		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование
22.				Комбинированное	**2**	**Физическая подготовка велотуриста, общие правила безопасности:** меры безопасности и предупреждение травматизма при проведении занятий по физической подготовке велотуристов.		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование
23.				Комбинированное	**2**	**Физическая подготовка велотуриста, общие правила безопасности:** меры безопасности и предупреждение травматизма при проведении занятий по физической подготовке велотуристов.		Устный опрос, практическое задание, наблюдение, контроль, тестирование
24.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - оказание первой доврачебная помощь пострадавшему при различных травмах и ушибах. - техника и тактика движения на велосипедах в различных условиях. - стартовый разгон, отработка ускорения и рывков, совершенствование техники педалирования.		Медицинский контроль, педагогический контроль, анализ тренированных занятий,
25.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - оказание первой доврачебная помощь пострадавшему при различных травмах и ушибах. - техника и тактика движения на велосипедах в различных условиях. - стартовый разгон, отработка ускорения и рывков, совершенствование техники педалирования.		Медицинский контроль, педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение,

26.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - оказание первой доврачебная помощь пострадавшему при различных травмах и ушибах. - техника и тактика движения на велосипедах в различных условиях. - стартовый разгон, отработка ускорения и рывков, совершенствование техники педалирования.		Медицинский контроль, педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение,
27.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - оказание первой доврачебная помощь пострадавшему при различных травмах и ушибах. - техника и тактика движения на велосипедах в различных условиях. - стартовый разгон, отработка ускорения и рывков, совершенствование техники педалирования.		Медицинский контроль, педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение,
28.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - основы техники веловождения. - подвижные игры на велосипеде для обучающихся, велоигры и простейшие велосоревнования, велоэстафеты.		анализ тренированных занятий, наблюдение, контрольные упражнения по технической подготовке
29.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - основы техники веловождения. - подвижные игры на велосипеде для обучающихся, велоигры и простейшие велосоревнования, велоэстафеты.		Педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение, контрольные упражнения по технической подготовке

30.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - основы техники веловождения. - подвижные игры на велосипеде для обучающихся, велоигры и простейшие велосоревнования, велоэстафеты.		Педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение, контрольные упражнения по технической подготовке
31.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** - основы техники веловождения. - подвижные игры на велосипеде для обучающихся, велоигры и простейшие велосоревнования, велоэстафеты.		Педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение, контрольные упражнения по технической подготовке
32.				Комбинированное	**2**	**Гигиена велотуриста:** основные правила личной гигиены в велопоходе туриста, соблюдения режима питания и водно-питьевого, твердого выполнения распорядка дня.		Беседа, устный опрос, наблюдение, практическое задание, тест-задача с выбором ответа)
33.				Комбинированное	**2**	**Гигиена велотуриста:** основные правила личной гигиены в велопоходе туриста, соблюдения режима питания и водно-питьевого, твердого выполнения распорядка дня.		Беседа, устный опрос, наблюдение, практическое задание, тест-задача с выбором ответа)

34.				Комбинированное	**2**	**Велопробег:** - пропаганда здорового образа жизни; - формирование у детей устойчивых навыков безопасного поведения на дороге; - внедрение новой формы коммуникации среди подростков; - способствование формированию качеств лидера и умения работать в команде; - воспитание любви к родному краю; - воспитание экологической культуры.		Оценка учащихся за весь курс с обучения. Выявление уровня знаний, умений и навыков, тесты - задача с выбором ответа
35.				Комбинированное	**2**	**Велопробег:** - пропаганда здорового образа жизни; - формирование у детей устойчивых навыков безопасного поведения на дороге; - внедрение новой формы коммуникации среди подростков; - способствование формированию качеств лидера и умения работать в команде; - воспитание любви к родному краю; - воспитание экологической культуры.		Оценка учащихся за весь курс с обучения. Выявление уровня знаний, умений и навыков, тесты - задача с выбором ответа
36.					**4**	**Итоговое занятие**		Подведение итогов работы группы по освоению дополнительной образовательной программы велотуристы 1-го модуля
Модуль II «Базовый»: базовая туристская подготовка								
37.				Комбинированное	**2**	**Вводный и первичный инструктаж по ТБ.** Спортивный туризм и его виды. История развития велосипедного туризма. Достижения спортсменов - велотуристов. Связь спортивного туризма с краеведением.		Знакомство с учащихся, беседа, краткий опрос.

38.				Комбинированное	**2**	**ПДД для велосипедистов:** правила дорожного движения и их требования к велосипедистам, основные опасности, подстерегающие велосипедиста, ответственность за нарушение правил дорожного движения, дорожные знаки, относящиеся к велосипедистам.		Беседа, опрос, педагогический контроль, устная проверка знаний, практическое задание, тесты - задача с выбором ответа
39.				Комбинированное	**2**	**ПДД для велосипедистов:** правила дорожного движения и их требования к велосипедистам, основные опасности, подстерегающие велосипедиста, ответственность за нарушение правил дорожного движения, дорожные знаки, относящиеся к велосипедистам.		Беседа, опрос, педагогический контроль, устная проверка знаний, практическое задание, тесты - задача с выбором ответа
40.				Комбинированное	**2**	**Походы:** Безопасность походов. Правила проведения туристско-краеведческих походов, обязанности и права участников похода, виды и типы походов, причины возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах и на тренировочных занятиях.		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос
41.				Комбинированное	**2**	**Походы:** Безопасность походов. Правила проведения туристско-краеведческих походов, обязанности и права участников похода, виды и типы походов, причины возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах и на тренировочных занятиях.		Педагогический контроль, анализ тренированных занятий, наблюдение, тесты - задача с выбором ответа

42.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** Оборудование велосипеда для велопохода, выбор правильного велосипедного снаряжения, инструменты и запасные части для ремонта велосипеда, способы размещения и перевозки грузов, общетуристское снаряжение		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос
43.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** Оборудование велосипеда для велопохода, выбор правильного велосипедного снаряжения, инструменты и запасные части для ремонта велосипеда, способы размещения и перевозки грузов, общетуристское снаряжение		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос
44.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** Оборудование велосипеда для велопохода, выбор правильного велосипедного снаряжения, инструменты и запасные части для ремонта велосипеда, способы размещения и перевозки грузов, общетуристское снаряжение		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос
45.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** Оборудование велосипеда для велопохода, выбор правильного велосипедного снаряжения, инструменты и запасные части для ремонта велосипеда, способы размещения и перевозки грузов, общетуристское снаряжение		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос
46.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** Оборудование велосипеда для велопохода, выбор правильного велосипедного снаряжения, инструменты и запасные части для ремонта велосипеда, способы размещения и перевозки грузов, общетуристское снаряжение		Учебное занятие контроля знаний, практическое задание, наблюдение, опрос

47.				Комбинированное	**2**	**Организация питания в велопоходах:** требования к питанию в велопоходе. Привалы и ночевки. Меры безопасности при их организации. Туристско-бытовые навыки велотуриста: правильное снаряжение, укладка рюкзака, установка палатки, разведение костров		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа
48.				Комбинированное	**2**	**Организация питания в велопоходах:** требования к питанию в велопоходе. Привалы и ночевки. Меры безопасности при их организации. Туристско-бытовые навыки велотуриста: правильное снаряжение, укладка рюкзака, установка палатки, разведение костров		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа
49.				Комбинированное	**2**	**Организация питания в велопоходах:** требования к питанию в велопоходе. Привалы и ночевки. Меры безопасности при их организации. Туристско-бытовые навыки велотуриста: правильное снаряжение, укладка рюкзака, установка палатки, разведение костров		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа
50.				Комбинированное	**2**	**Организация питания в велопоходах:** требования к питанию в велопоходе. Привалы и ночевки. Меры безопасности при их организации. Туристско-бытовые навыки велотуриста: правильное снаряжение, укладка рюкзака, установка палатки, разведение костров		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа

51.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия**: организация и подготовка велопоходов. Стратегия и тактика велопохода		Контрольно-переводные испытаний по ГТО, сдача спортивных и туристских нормативов
52.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия**: организация и подготовка велопоходов. Стратегия и тактика велопохода		Контрольно-переводные испытаний по ГТО, сдача спортивных и туристских нормативов
53.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия**: организация и подготовка велопоходов. Стратегия и тактика велопохода		Контрольно-переводные испытаний по ГТО, сдача спортивных и туристских нормативов
54.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия**: общая физическая подготовка велотуриста. Нормы ГТО по туризму с использованием велосипеда. Туристский поход на велосипеде с проверкой туристских навыков		Тестирование технической подготовки; базовые шаги, обязательные элементы и др.
55.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия.** 1. Базовая туристская подготовка велотуриста. Навыки овладения техникой и тактикой велопохода. 2.Комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста. Общая физическая подготовка велотуриста		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа

56.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия.** 1. Базовая туристская подготовка велотуриста. Навыки овладения техникой и тактикой велопохода. 2.Комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста. Общая физическая подготовка велотуриста		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа
57.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия.** 1. Базовая туристская подготовка велотуриста. Навыки овладения техникой и тактикой велопохода. 2.Комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста. Общая физическая подготовка велотуриста		Практическое задание, наблюдение и опрос, предварительный контроль, тесты - задача с выбором ответа
58.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** основы топографии и ориентирования на местности, особенности ориентирования в велопоходах. Картографические условные знаки: графические символы, с помощью которых на карте показывают (обозначают) вид объектов, их местоположение, форму, размеры, содержание карты.		Практическое задание, составление электронных карт маршрута с помощью гаджетов, опрос, наблюдение, с показанием на карте вид объекта их местоположение, форму, размеры итд.

59.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** основы топографии и ориентирования на местности, особенности ориентирования в велопоходах. Картографические условные знаки: графические символы, с помощью которых на карте показывают (обозначают) вид объектов, их местоположение, форму, размеры, содержание карты.		Практическое задание, составление электронных карт маршрута с помощью гаджетов, опрос, наблюдение, с показанием на карте вид объекта их местоположение, форму, размеры итд.
60.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** основы топографии и ориентирования на местности, особенности ориентирования в велопоходах. Картографические условные знаки: графические символы, с помощью которых на карте показывают (обозначают) вид объектов, их местоположение, форму, размеры, содержание карты.		Практическое задание, составление электронных карт маршрута с помощью гаджетов, опрос, наблюдение, с показанием на карте вид объекта их местоположение, форму, размеры итд.

61.				Комбинированное	**2**	**Учебно-тренировочные занятия:** основы топографии и ориентирования на местности, особенности ориентирования в велопоходах. Картографические условные знаки: графические символы, с помощью которых на карте показывают (обозначают) вид объектов, их местоположение, форму, размеры, содержание карты.		Практическое задание, составление электронных карт маршрута с помощью гаджетов, опрос, наблюдение, с показанием на карте вид объекта их местоположение, форму, размеры итд.
62.				Комбинированное	2	**Учебно-тренировочные занятия**: составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPS трекеры, навигаторы).		Итоговый контроль знаний, умений, ориентироваться на местности без карты при решении практических задач, тесты - задача с выбором ответа
63.				Комбинированное	2	**Учебно-тренировочные занятия**: составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPS трекеры, навигаторы).		Итоговый контроль знаний, умений, ориентироваться на местности без карты при решении практических задач, тесты - задача с выбором ответа

64.				Комбинированное	2	**Учебно-тренировочные занятия**: составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPS трекеры, навигаторы).		Итоговый контроль знаний, умений, ориентироваться на местности без карты при решении практических задач, тесты - задача с выбором ответа
65.				Комбинированное	2	**Учебно-тренировочные занятия**: составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPS трекеры, навигаторы).		Итоговый контроль знаний, умений, ориентироваться на местности без карты при решении практических задач, тесты - задача с выбором ответа
66.				Комбинированное	2	**Фзическая подготовка к велопоходу:** организация и подготовка к проведению туристского велопохода.		Практическое задание, выполнение контрольных нормативов велопохода, опрос, наблюдение, контроль.

67.				Комбинированное	2	**Фзическая подготовка к велопоходу:** организация и подготовка к проведению туристского велопохода.		Практическое задание, выполнение контрольных нормативов велопохода, опрос, наблюдение, контроль.
68.				Комбинированное	2	**Фзическая подготовка к велопоходу:** организация и подготовка к проведению туристского велопохода.		Практическое задание, выполнение контрольных нормативов велопохода, опрос, наблюдение, контроль.
69.				Комбинированное	2	**Фзическая подготовка к велопоходу:** организация и подготовка к проведению туристского велопохода.		Практическое задание, выполнение контрольных нормативов велопохода, опрос, наблюдение, контроль.
70.				Комбинированное	6	**Итоговое занятие. Поход**		Подведение итогов работы