



Утверждено
 Директор МКОУ СОШ № 5
 Е.И. Бондарь

Календарно тематическое планирование (старшая группа)

№	Наименование раздела	Тема	Количество часов	Дата	Факт
1	Основы знаний	Безопасность на занятиях туризмом. Игра лапта	1,5		
2		История развития туризма. Игра футбол	1,5		
3		Сдача нормативов: прыжок в длину с места, челночный бег, подтягивание на перекладине. Игра в волейбол	3		
4		Сдача нормативов: бег 1000 м, гибкость. Игры по выбору	3		
5		Сдача нормативов: бег 60, 30 м. Игра баскетбол	3		
6	Преодоление туристических препятствий	Навесная переправа. Техника преодоления, оснащение и экипировка	3		
7		Игры по выбору учащихся	3		
8	Специальная физическая подготовка	Упражнения на силовую выносливость. Навесная переправа. Игры по выбору учащихся	3		
9		Ромб. Бабочка. Техника преодоления, оснащение и экипировка. Игры по выбору учащихся	3		
10	Основы знаний	Личное и групповое снаряжение. Игры по выбору учащихся	3		
11		Организация туристического быта	3		
12	Общая физическая подготовка	Сдача нормативов: прыжок в длину с места, челночный бег, подтягивание на перекладине. Игра в волейбол	3		
13		Сдача нормативов: бег 60, 30 м. Игра баскетбол	3		

14	Специальная физическая подготовка	Упражнения на силовую выносливость. Навесная переправа. Ромб. Бабочка. Игры по выбору учащихся	3	
15	Преодоление туристических препятствий	Параллельная переправа. Техника преодоления, оснащение и экипировка. Игры по выбору учащихся.	3	
16	Общая физическая подготовка	Качающиеся перекладины. Техника преодоления, оснащение и экипировка. Игры по выбору учащихся.	3	
17	Специальная физическая подготовка	Сдача нормативов: бег 1000 м, гибкость. Игры по выбору	3	
18	Преодоление туристических препятствий	Упражнения на силовую выносливость. Параллельная переправа. Игры по выбору учащихся	3	
19	Общая физическая подготовка	Траверс склона. Техника преодоления, оснащение и экипировка. Игры по выбору учащихся	3	
20	Преодоление туристических препятствий	Подъем по вертикальным перилам.. Техника преодоления, оснащение и экипировка. Игры по выбору учащихся	3	
21	Основы знаний	Способы ориентирования. Игры по выбору учащихся	3	
22	Общая физическая подготовка	Измерение расстояний. Определение высоты и ширины объекта. Игры по выбору	3	
23	Специальная физическая подготовка	Прыжок в длину с места, челночный бег, подтягивание на перекладине. Игра в волейбол	3	
24	Преодоление туристических препятствий	Упражнения на силовую выносливость. Траверс склона. Игры по выбору учащихся	3	
25	Общая физическая подготовка	Преодоление туристической полосы. Навесная переправа, траверс склона, параллельная переправа	3	
26	Преодоление туристических препятствий	Преодоление туристической полосы	3	
27	Общая физическая подготовка	Скалодром. Техника преодоления, оснащение и	3	

28		экипировка. Игры по выбору учащихся	3	
29			3	
30	Специальная	Упражнения на силовую выносливость. Скалодром.	3	
31	физическая подготовка	Игры по выбору учащихся	3	
32	Преодоление	Преодоление туристической полосы. Навесная	3	
33	туристических препятствий	переправа, траверс склона, параллельная переправа, скалодром, вертикальные перила, спуск дюльфер	3	
34			3	
35			3	