Бишкек шаары Ленин району

№82 жалпы билим берүү орто мектеби

Баскетбол, футбол, жаш туристтер

ийрими боюнча

Календарлык-тематикалык план

Ийрим жетекчи:

Джумагулов У.У.

Сканировано с CamScanner

“Жаш аймак таануучу- туристтер” туристтик бирикмесинин болжолдуу окуу планы.

Окутуунун экинчи жылы

№ п/п	Темалар менен бөлүмдордон аталыштары	Сааттардын саны		
		Баары	Тео-рия	Прак-тика
1	**Киришүү**	**6**	**2**	**4**
1.1	Туризмдин үйрөтүүчү ролу	2	1	1
1.2	Жаш туристтердин өзүн-өзү алып жүрүү эрежелери	4	1	3
2	**Жаш туристтин туристтик тиричилик кондумдору**	**30**	**8**	**22**
2.1	Жаратылыш чөйрөсүндо коопсуздук негиздери	2	1	1
2.2	Үйдө, мектепте, музейдеги коопсуздук негиздери	2	1	1
2.3	Жеке жабдуулар жана аларга кам көрүү	3	1	2
2.4	Туристтик сейилдеги суу ичүү режими	1	0	1
2.5	Тайпалык жабдуулар жана аларга кам көрүү	5	1	4
2.6	Жеке жана тайпалык ремонт жыйындысы	2	1	1
2.7	Бивуактарды жана жаратылышты коргоону уюштуруу	13	2	11
2.8	Туристтик группа жүрүштө	2	1	1
3	**Топографиянын негиздери**	**17**	**2**	**15**
3.1	Мектеп короосу, микрорайон жана ага жакын жайгашкан жер	6	0	6
3.2	Белгиленген жердин планы	4	1	3
3.3	Шарттуу топографиялык белгилер	7	1	6
4	**Туристтик жана экскурсиялык ориентирлөө**	**43**	**4**	**39**
4.1	Компас жана анын түзүлүшү	1	0	1
4.2	Компас боюнча ориентирлөө	5	1	4
4.3	План боюнча ориентирлөө	7	1	6
4.4	Белгиленген жерге ориентирлөө	5	1	4
4.5	Туристтик ориентирлөөнүн түрлөрү	17	1	16
4.6	Экскурсиялык ориентирлөө	8	0	8
5	**Жеке гигиена жана врачка чейинки биринчи жардам**	**15**	**4**	**11**
5.1	Туристтин жеке гигиенасы	2	1	1
5.2	Врачка чейинки биринчи жардам көрсөтүү	4	1	3
5.3	Кесилген жерлерди, жараларды дарылоо жана эң жөнөкөй таңуу	2	0	2
5.4	Жеке жана тайпалык медициналык аптечкалар	2	1	1
5.5	Жабыркаган адамды ташуунун ыкмалары	5	1	4
6	**Аймак таануунун негиздери**	**18**	**4**	**14**
6.1	Санжыра	3	1	2
6.2	Жердештер	5	1	4
6.3	Аймак таануунун алиппеси	10	2	8
7	**Спорттук-денени чыңдоочу туризм**	**59**	**6**	**53**
7.1	Жөө туризм	26	2	24
7.2	Жөө туризмдеги тоскоолдук тилкелери	9	1	8
7.3	Туристтик түйүндөр	4	1	3
7.4	Лыжа туризми	20	2	18
8	**Жалпы спорттук-ден соолук чыңдоочу физикалык даярдык**	**28**	**1**	**27**
8.1	Жалпы физикалык даярдык жана организмди чыңдоо.	22	1	21
8.2	Окуучулардын психологиялык-педагогикалык жана врачтык-медициналык функционалдык жана физикалык өнүгүүсүн аныктоо жана тестирлөө	6	0	6
	БААРЫ	**216**	**31**	**185**

Жайкы зачёттук жүрүш- сааттардын сеткасынан тышкары.

Сканировано с CamScanner

“ Жаш аймак таануучу-туристтер” туристтик бирикмесинин болжолдуу окуу планы

Окутуунун экинчи жылы.

1. Киришүү

1.1. Туризмдин үйрөтүүчү ролу.

Туризм – өз аймагын билүүнүн каражаты. Белгилүү саякатчылар жана изилдөөчүлөр, алардын Кыргызстандын өнүгүшүндөгү ролдору.

Окутуунун биринчи жылынын жыйынтыктарын чыгаруу. Окуучулар менен биринчи окуу жылында ким кандай туристтик кызматтарды аткаргандыгы тууралуу, ар бир тарбиялануучунун негизги жетишкендиктери жөнүндө маектешүү. Жаңы окуу жылына милдеттерди жана максаттарды коюу. Окуучулардын жаңы окуу жылына каалоолорун жана кызыкчылыктарын тактоо.

Практикалык сабактар: “Мен жайкы каникулду кандай өткөрдүм” темасына сүрөт тартуу же аппликация менен иштөө. Окуучулардын жайкы саякат, экскурсия жана бир жактарга чыгууларынан кийинки эсте калаарлык таасирлери жөнүндө аңгемелери. Биринчи окуу жылындагы сабактарды жана жайкы эс алууну фотосүрөттөр, сүрөттөр жана аңгемелер жөнүндө газаталарды жасалгалоо, чыгаруу.

1.2. Жаш туристтердин өзүн алып жүрүү эрежелери.

Туристтик сейилдөө жана экскурсия да жаш туристтердин коомдук-пайдалуу жана жеке-маанилүү жумуштары. Микрорайондун жана жакынкы айлананын –токойдун (парк), дарыяда, жаратылыш чөйрөсүнүн (жашыл зонанын) көйгөйлөрү, ошондой эле аларды чечүүдөгү жаш туристтердин түздөн-түз катышуусу. Жаш туристтин абийир кодекси менен таанышуу. Жаш туристтердин девизи: “Сага чейинкиге караганда, сенден кийин мыкты болушу керек” Туристтик кызматтар. Сейил , экскурсия учурундагы аткарылуучу коомдук тапшырмалар, аймак таануучу жана изилдөөчүлүк тапшырмалар. Туристтик сейилге, экскурсияга, сынактарга, оюндарга, мелдештерге даярдануу.

Туристтик сейилде, экскурсияда өткөрүлгөн жердеги өзүн алып жүрүү эрежелери. Жанындагы жүргөн адамдарга урматтоо менен мамиле жасоо.

Туристтик-спорттук жарыштардын, мелдештердин катышуучуларынын өзүн алып жүрүүсү. Алардын укуктары жана милдеттери. Команданын капитаны, анын укуктары жана милдеттери жана анын команданын катышуучуларынын арасындагы милдеттерди бөлүштүрүүгө катышуусу.

Окутуу сабактары жана ден соолукту чыңдоочу машыгуулар үчүн бөлмөлөр жана имараттар. Окуу классында, спортзалда, окуу-машыгуу полигонунда, паркта, токойдо коопсуздук жүрүш-туруш эрежелери. Жабдууларды, шаймандарды, инвентарды жана материалдарды сактоонун ирети.

Туристтик группанын командири –туристтик иш-чаранын (сейилдин, экскурсиянын) жетекчисинин жардамчысы , анын укутары жана милдеттери.

Ден соолукту чыңдоо.Тыкандыкка, тактыкка, тазалыкка жана тартипке болгон умтулуу.

Практикалык сабактар: Жаратылышта жүрүүнүн эрежеси жөнүндөгү билимди бышыктоо жана байкагычтыгын, тарбиялануучулардын көңүлүн буруу максатында суунун жээгине сейилдөө (көлмөдө же көлдө) курчап турган чөйрөнүн коолдугуна байкоо жүргүзүү.

Окуунун биринчи жылындагы жаратылышты коргоо, канаттуулар менен жаныбарларга жардам көрсөтүүдөгү коомдук пайдалуу иштерге , туристтик мелдештер менен сынактарга катышкандыгы жөнүндө видеофильмдерден фрагменттерди көрсөтүү.

Көргөзмөлөрдү, газеталарды биргеликте жасалгалоо, ата-энелер жана классташтар үчүн билдирүүлөрдү даярдоо. Бири- биринин жана (коллективдин) команданын иштерин талкулоо.

2. Жаш туристтин туристтик-тиричилик көндүмдөрү

2.1. Жаратылыш чөйрөсүндөгү коопсуздук негиздери.

Туристтик (экскурсиялык) тайпанын жетекчисинин талаптарын кынтыксыз аткаруу-коопсуз жүрүш-туруштун негизи. Туристтик тайпанын кыймылынын эрежеси, калктуу пункттардагы көчөлөрдөн өтүү эрежелери. Жаратылыш кубулуштарынын убагындагы жаш туристтердин өзүн алып жүрүү эрежелери.Туристтик костерду жагуунун жана от таштап туруудагы, ошондой эле бивуакада костерду өчүрүп, ордунда калтыруудагы эрежелер. Дары жана жапайы өскөн өсүмдүктөрдү (гүлдөрдү), козу карындарды, жемиштерди терүүнүн

Сканировано с CamScanner

эрежелери. Жаратылыш шартында жаныбарлар дүйнөсүнүн өкүлдөрү менен жолугушуп калганда жеке коопуздуктун эрежелери.Туристтик сейил, окуу экскурсиялары убагында тынчтыктын сакталышы. Жаратылыш чөйрөсүндө өзгөчө кырдаалдар (авариялык) учурундагы эң жөнөкөй эрежелер.

Туристтик тайпадагы өз ара жардам көрсөтүү.

Практикалык сабактар: Туристтик сейилдөө, экскурсия учурундагы коопсуздук эрежелеринин сакталышы.

Сейилдөө убагында дары жана жапайы өскөн, жегенге жарактуу өсүмдүктөрдү, козу карындарды, жемиштерди тааный билүү.

2.2. Үйдөгү, мектептеги, музейдеги коопсуздук негиздери.

Үйдөгү, мектептеги өзүн алып жүрүү эрежелери. Сайуучу, кесүүчү нерселерди, электоприборлорду, тиричилик химиясынын препараттарын жана медикаменттерди колдонуу эрежелери. Өрткө каршы коопсуздук эрежелери (класстан, квартирадан, бөлмөлөрдөн кетип жатканда электроприборлордун өчүрүлгөндүгүн текшерүү, бузулган электроприборлорду колдонбоо жана өз алдынча аларды оңдобоо). Мектепте өзгөчө (авариялык) кырдаалдар учурунда өзүн алып жүрүү эрежелери, “коркунуч” сигналы жарыялангандагы аракеттер. Авариялык кызматтардын, куткаруучу кызматтын байланыш телефондорунун номерлерин билүү. Коркунуч пайда болгондо бөлмөлөрдөн (класстан, мектептен) эвакуациялоонун эрежелери. Карыларга кичинекейлерге, кыздарга жардам көрсөтүү.

Практикалык сабактар: Мектепте же үйдө авариялык кырдаал болуп калгандагы аракеттер жөнүндөгү билимдерин бышыктоо максатында “Эгерде....болуп калса” оюну. Көчөдө өзүн коопсуздук менен алып жүрүүнүн эрежелерин бышыктоо үчүн микрорайондо сейилдөө.

2.3. Жеке жабдуулар жана ага кам көрүү.

Кыш мезгилиндеги (сезон аралык) жаш туристтин туристтик сейилдөө (экскурсия) үчүн жеке жабдуусу. Кийимге жана бут кийимге болгон талаптар: ич кийим, спорттук костюм, шым, ветровка, баш кийим, байпак, кол кап ж.б.. Туристтин жеке идиши, гигиена каражаттары, туристтик килемче, уктоочу мешок, рюкзак, лыжа, лыжа таякчалары, лыжа бут кийими, бахилдер. Мелдештер үчүн туристтик атайын жабдуулар: кол кап, перчаткалар, штормовкалар, баш кийим, бут кийим-жана ага болгон талаптар.

Кышкы сейил үчүн рюкзакты салыштыруу жана таңгактоо(упаковка). Кышкы туристтик сейил (экскурсия) учурундагы өзөк жалгоо үчүн даярдалган азык-түлүктү тангактоого талаптар. Термос жана аны кышкы сейил, экскурсия учурунда коопсуздук менен пайдалануунун эрежелери. Аба ырайынын шарттарына жараша (кыш, сезон аралык) жеке жабдууларды туура тандоо. Жеке жабдууларга кам көрүү (кургатуу, шамалдатуу, тазалоо) жана өз убагында оңдоо.

Практикалык сабактар: “Кышкы туристтик сейил үчүн рюкзагыңды жыйна” оюну (туура салыштыруу, гигиеналык жактан да туура болушу керек). Өзөк жалгоо үчүн даярдалган тамак-ашты таңгактоо. Кыш мезгилинде туристтик иш-чараларга катышууга даярдыгын текшерүү үчүн тайпаны паркта же токойдо жыйноо жана сейилдөө. Жеке жабдууларды оңдоо (жамак салуу, топчу кадоо)

2.4. Туристтик сейилдеги суу ичүү тартиби.

Кышкы (же сезон аралык мезгилдеги) туристтик сейилдеги жана экскурсиядагы суу ичүү тартиби. Физикалык көнүгүүлөр менен машыгуудагы жана ден соолукту чыңдоочу туризмдеги суу ичүү тартиби . Кыш мезгилиндеги туристтик сейилдеги ичүүчү сууну жана ысык чай үчүн сууну алып жүрүү. Ичүүчү сууну жана тамак даярдоочу сууну тазалоонун ыкмалары.жана экскурсиядагы суу ичүү тартиби. Кышкы сейилде карды тамак даярдоого колдонуу.

Практикалык сабактар: Кышкы мезгилиндеги туристтик сейилде (машыгууда), мелдештер убагында суу ичүү тартибин сактоо. Кыш мезгилиндеги туристтик сейилдеги, экскурсиядагы ичүүчү сууну жана ысык чай үчүн сууну алып жүрүү . Кышкы шарттарда карды тамак даярдоого колдонуу. Ичүүчү сууну жана тамак даярдоочу сууну тазалоо.

2.5. Тайпалык жабдуулар жана аларга кам көрүү.

Чатырлар жана тенттер, алардын милдеттери жана түрлөрү. Чатырларды орнотуу жана аларды кароо эрежелери. Костер жана ашкана үчүн куралдар, аларга болгон талаптар, кам көрүүнүн эрежелери, тазалоо жана жуу.

Жаратылышка байкоо жүргүзүү үчүн шаймандар жана аймак таануу боюнча

Сканировано с CamScanner

тапшырмаларды аткаруу.Туристтик группадагы бинокль, фотоаппарат, видеокамера, аларды экскурсия, жүрүштөр учурунда колдонуу жана сактоонун эрежелери. Туристтик группадагы жаш фотограф (видеооператор), фототартуулардын (видеолордун) күндөлүгүн жүргүзүү. Маршруттук документтер жана карталар. Тайпалык атайын туристтик жабдуулар (аркандар, карабиндер). Кышкы туристтик сейилден кийин жабдууларды кургатуу. Туристтик тайпанын чарба башчысы жана анын милдеттери. Завхоздун документациясы жана аны жүргүзүү.

Практикалык иштер: Тайпалык жабдууларды таңгактоо. Кышкы паркка (токойго) туристтик сейил үчүн тайпалык куралдарды бөлүштүрүү. Туристтик сейил учурунда тайпалык жабдууларды туура колдонууну маршрутка чыкканга чейин текшерүү.

2.6. Жеке жана тайпалык ремонттук жыйындылар.

Ремонттук жыйындынын составы (пассатиждер, шибеге, отвертка, напильник, наждачная бумага, шуруптар, мык, проволока, изолента, клей ж.б.). Ремонттук жыйындынын предметтеринин колдонулушу жана аларды пайдалануунун эрежелери. Тайпанын жабдууларын өз убагында оңдоодогу группанын ремонттук мастеринин жана гргуппанын завхозунун милдеттери. Сезон аралык же кышкы экскурсияда же сейилде жеке жана тайпалык жабдууларды оңдоонун эрежелери.

Практикалык иштер: "Бардык ишке чебер" (жамоонун түрлөрү, жамак коюу, жыртыктарды клей менен жамоо, топчуларды кадоо, лыжалардын стойкаларлын, чатырлардын, рюкзактардын ж.б. жөнөкөй ремонту, ремонттук жыйындынын предметтеринин эмнеге, кайсы учурды пайдалануу керектигин билүү) мелдеш оюну.

2.7. Бивуак уюштуруу жана жаратылышты коргоо.

Бивуак уюштуруудагы жаратылышты коргоо. Кышкы туристтик жүрүштөгү, экскурсиядагы тиричилик калдыктарын жана таштандыларды жок кылуу. Бивуакты суунун жээгине (көлдүн, дарыянын) уюштуруу жана жабдуу: очок, тамак иче турган, эс ала турган, жуунуучу жер, суу ала турган жана идиштерди жууй турган жер, таштанды чуңкуру, туалет.

Аянтчада чатырды орнотуу үчүн орун тандоо. Аянтчадагы чатырды жана тентти орнотуу. Чатырларды ("Кыш", "Черепашка" жана " Эки скаттуу" тибиндеги) орнотуу жана чечүү. Палаткалар үчүн тенттер(жогорку жана ылдыйкы). Чатырларды ташуу үчүн таңгактоо.

Туристтик костерлордун негизги түрлөрү жана колдонуу багыттары: "шалаш", "кудук", "таежный". От жагуу үчүн жерди тандоо. От тутандырууда жана жагууда өрт коопсуздугунун эрежелерин сактоо. Отун даярдоо (жаратылышты коргоо жана токойдо жерде жаткан бутак-сутактарды жана кургак чырпыктарды чогултуунун эрежелери) Отко жагуу, аны даярдоо жана сактоо. Отту жандыруу. Оттун жанындагы дежурныйдын милдеттери. Ширенке менен кургак күйгүзүүчүнү таңгактоо. Таганок, от тросиги. От жагуу үчүн керектүү жабдууларды ташып жүрүү жана таңгактоо. Отту өчүрүү жана жаратылышты коргоо.

Практикалык иштер: "Бивуак үчүн орун тандоо" оюну. Туристтик сейилдөөдө коомдук жана аймак таануу тапшырмаларын аткаруу зарылдыгын жана бардык талаптарын эске алуу менен жердин (спорт карта) планы боюнча бивуак уюштуруу үчүн орунду аныктоо. Туристтик сейил учурунда бивуакты уюштуруу. Лагерди топтоо.

Чатырдын комплектациясын текшерүү. Чатырларды мектептин спорт залында орнотуу (горизонталдык таянычтарга туристтик түйүндөр менен бекитүү). Чатырларды чечүү жана таңгактоо.

От жагуу үчүн отун жана куурайларды даярдоо. Очоктун жабдылышы. Отту тутандыруу жана жагуу. Тамакты отко даярдоо. Очокту жылынуу жана кийимдерди кургатуу үчүн ыңгайлаштыруу.

2.7. Туристтик тайпа жүрүшто.

Лыжалык туристтик сейилдөө учурундагы туристтик тайпанын катары: туристтик тайпанын багыт берүүчүсү (лыжага чыйыр жол салуучу) жана арткы катардагы адам, багыт берүүчүнү алмаштыруу ирээти (чыйыр жолчу). Лыжа менен болгон сейилде тыныгууну, эс алууну уюштуруу. Лыжалык маршруттагы туристтик тайпанын кыймылынын темпи жана ритми. Туристтик тайпадагы өз ара жардамдашуу. Тыныгуу: өрүү кылуу аралыгында өзөк жалгоону уюштуруу. Лыжа менен туристтик сейилдөөнүн күн тартиби.

Практикалык иштер: Парк (токой) ичинде туристтик лыжа менен сейилдөө. Тайпанын аракетин уюштуруу, колоннага тизилүү. Багыт берүүчү менен арттагы турган адамдын кызматы.

Сканировано с CamScanner

3. Топографиянын негиздери.

3.1. Мектеп короосу, микрорайон жана анын жанындагылар.

Мектепти, кабинеттерди, бөлмөлөрдү, мектеп короосун, мектепке баруучу жолду дайындоо; мектепке чектеш көчөлөрдүн аттары, ишкана жана микрорайондун уюмдары, эстен кеткис , көрүнүктүү жайлар.

Практикалык иштер: Мектептин микрорайонунун жалпы сүрөтүн-планын чийүү, имараттарды жана курулуштарды көрсөтмөлүү көрсөткөн шарттуу белгилерди өчүрүү. Мектептин жана мектеп короосунун планын окуу. Мектептин микрорайонунун территориясына экскурсия жүргүзүү, дайындалган ар кандай имараттарды жана курулуштарды жакынкы тегеректегилерге айкын кылуу жана турган жердин планына кошуп коюу.

3.2. Белгиленген жердин планы.

Белгиленген жердин планы жана жалпы сүрөтү. Топографиялык карта. Топографиялык картада жердин үстү жагынын тарыхый өнүгүүсүнүн жолдорун сүрөттөп көрсөтүү. Картанын жана белгиленген жердин планынын масштабы. Пландагы жана жалпы сүрөттөгү рельефти сүрөттөп көрсөтүү. Көз алдыдагы мейкиндик. Рельеф жана анын картадагы сүрөттөлүшү.

Практикалык иштер: Маркердин жана бир канча айнектин жардамы менен горизантал боюнча чуңкурлардын жана адырлардын (жарлардын) планын (капталынан) сүрөтүн түшүрүү. Горизантал боюнча адырлардын жана аңдардын макетин түз картондун аппликациясынан даярдоо. Рельефти спорттук же жөнөкөй топографиялык картадан окуу. Белгиленген жердин, парктын, токойдун четинин, дарыянын жээгинин аралыгын өлчөө. Рельефтин формасы менен жана анын картадагы сүрөттөлүшү менен таанышуу.

3.3. Шарттуу топографиялык белгилер.

Сүрөттөрдө жана суу объектилеринин пландарында, курулуштардын, өсүмдүктөрдүн ж.б. сүрөттөлүшүнүн ыкмалары. Жөнөкөй шарттуу белгилер. Спорттук картада мектеп короосунун (паркка, токойго жакын) турган ордунун сүрөттөлүшү менен таанышуу. Туристтик тайпанын топографынын милдеттери.

Практикалык иштер: Спорттук карталардын жана белгиленген жердин планынын шарттуу белгилерин сүрөткө түшүрүү. Топографиялык диктанттар, кроссворддор. "Легенда" түшүнүгү. белгиленген жердин шарттуу белгилеринин аткаруусунда туристтик сейилдин маршрутунун легендасын окуу көндүмдөрүн калыптандыруу. Легенданы жана легенда боюнча шарттуу белгилерди аткарган группанын кыймылын түзүү көндүмдөрүнө ээ болуу.

4. Туристтик жана экскурсиялык ориентирлөө.

4.1. Компас жана анын жасалышы.

Түз сызыктын багытын аныктоочу прибор- компас менен таанышуу. Компастын жаралуу тарыхы. Компастын орду боюнча түрлөрү (деңиздик, геологиялык, спорттук, тоолук, окуу үчүн ж.б.). Компастын циферблатындагы багыттар С,З,Ю,В. Компастын жасалышы жана анын аткарган жумушу. Адриановдун компасы жана спорттук компас.

Практикалык иштер: Китептердин эпизоддорунан, кинофильмдердин же мультфильмдердин каармандарынын компасты колдонуусу жөнүндө талкуу жүргүзүү. Магниттик ийне менен та жрыйба жүргүзүү. Белгиленген жердин багытын билүү жана алар менен иштөө эрежеси үчүн компас менен таанышуу керек.

4.2. Компас аркылуу багыт алуу. Горизонттун багытын компас менен аныктоо. Компастын багыттамасы. Компастын жардамы менен С,З,Ю,В багыттарын аныктоо.

Практикалык иштер: Туристтик сейил учурундагы ыраак жердеги предметтерге, класста, залда, мектеп короосунда орнотулган предметтерге КПга карата С, З, Ю, В багыттарын аныктоо.

4.3. План боюнча ориентирлөө

Белгиленген жердин (спорттук картанын) планын окуу көндүмдөрүнө ээ болуу. Горизонттун жактары боюнча планга (спорттук карта) ориентирлөө. Планга (спорт карта) белгиленген жердеги нерселер жана линиялык багыт боюнча ориентирлөө. План (карта) боюнча жүрүү.

Практикалык иштер: Мектептеги, мектеп короосундагы, белгиленген жердеги чыйыр-жолдордун тармагын пайдалануу менен кыймылдын көндүмдөрүн жана ыктарын калыптандыруу.

Сканировано с CamScanner

4.4. Белгиленген жерди ориентирлөө

Ачык жерди жана паркты (токойдо) өткөн аралыкты кыймылдын убактысы, жуп кадамдар ж.б. менен байкоо көндүмдөрүн калыптандыруу. Күнгө, өсүмдүктөр жана жаныбарлар дүйнөсүнүн объектилерине, жергиликтүү белгилер боюнча, линиялык ориентирлер боюнча ориентирлөө. Линиялык ориентир жана рельеф боюнча, сүрөттөө(легенда боюнча) жана азимуттан боюнча ориентирлөө. Белгиленген жерге туристтик ориентирлөө боюнча видиофильмдерди көрүү. Туристтик группанын жаш жол көрсөткүчү. Туристтик группанын штурманы.

Практикалык иштер: Горизонт тараптагы мектеп короосунда, жакынкы паркта аралыктарды жана багыттарды пайдалануу легенда аркылуу багыт алуу. Парктардан, мектеп микрорайонунан рельеф боюнча ориентирлөө. Күндөн, өсүмдүктөр жана жаныбарлар дүйнөсүнүн объектилеринен, токой шарттарында, суулуу өрөөндөрдө же мектеп микрорайонунда жергиликтүү белгилер боюнча ориентирлөө. Белгиленген жерге ориентирлөөдө линиялык ориентирлерди, чыйыр жолдорду, жолдорду жана рельефти бир орундан экинчи орунга жылганда пайдалануу. Дистанцияда керектүү КПга чейинки кыймылдын жолдорун пландоо.

4.5. Туристтик ориентирлөөнүн түрлөрү.

Туристтик ориентирлөөнүн түрлөрү, кышкы жана жайкы мелдештер. Жаш туристтердин белгиленген жерде туристтик ориентирлөө боюнча мелдештеринде эрежелердин сакталышы. Мелдештин катышуучусунун ориентирлөө боюнча укуктары жана милдеттери. КПнын легендасынын элементардык ыктарынын сүрөттөлүшү жана дайындалышы. Катышуучунун КП га белгиленүү үчүн карточкасы жана аны колдонуу эрежеси. Катышуучунун номери жана анын бекемдигин талап кылуу.

Практикалык иштер: КПнын легендаларын окуудагы ыктардын калыптанышы. Жаш курагы боюнча группалардын старттын алдында картадагы КПнын санын, катышуучунун карточкасынын номерлерин текшерүүдөн өткөрүү көндүмдөрүнө жана билимдерин билүүгө көнүктүрүү. Катышуучунун номеринин бекем кадалышы, картаны ороп алуусу жана мелдеш учурунда анын сакталышын камсыз кылуу. Стартта КПга чейинки керектүү туура жолду (картага анын сүрөтүн түшүрүү) линиялык ориентир (чыйыр жолдо, жалгыз аяк жолдо) боюнча тандоо. Тандалган маршрут боюнча КПга чейинки кыймылдын жолун окуу.

Легенда боюнча ориентирлөөнүн маршрутун өтүү. Белгиленген жерде легенданы окуу жана андан өтүү. Легендада көрсөтүлгөн объекттерди (эки ача жол, жалгыз аяк чыйыр жол) аралыктарды, багыттарды (С,З,Ю,В) көзөмөлдөө. Туристтик группанын легенда боюнча кыймылындагы жумушу. Тарбиялануучулардын 5-6 группасы (чоңдордун коштоосу) менен мектептин микрорайонундагы же парктагы жөнөкөй дистанциялардан өтүүсү.

Маркаланган маршруттан өтүү. Ориентирлөө үчүн лыжа жүрүүчү жерлерди маркалоо. Эки ача жолдордо, лыжа тепкен жолдордо маркалоо жүргүзүлгөнүн көзөмөлдөө. КПдагы жана чектеги белгилерге талаптар. Маркаланган трассада лыжалар менен туристтик ориентирлөөнүн мелдештеринин шарттары жана эрежелери. 5-6 адамдан турган группа менен парктагы аралыкты өтүү (жогорку класстын окуучуларынын коштоосунда). Планды (жөнөкөй спорттук карта) пайдалануу менен белгиленген жерде линиялык ориентирлөө боюнча туруу точкаларын аныктоо.

Белгиленген маршруттан өтүү. мелдештин катышуучуларынын жогорулатылган көңүлүн белгиленген маршруттун кыймылын картасына буруунун зарылдыгы. Белгиленген маршрутта туристтик ориентирлөөнүн шарттары жана эрежелери. Мектептин жакынкы айланасында же паркта 5-6 адамдан турган группанын дистанциядан өтүүсү өтүү (жогорку класстын окуучуларынын коштоосунда).

Тандалган ориентирлөө маршруттары боюнча өтүү. Тандалган туристтик ориентирлөө боюнча мелдештин шарттары жана эрежелери. Тандалган аралыктагы жеңүүчүлөрдү аныктоо. Туура жолду жана КПнын санын тандоо. Жогорку класстын окуучуларынын коштоосунда 5-6 адамдан турган группанын парктан же мектептин жакынкы айланасындагы аралыкты өтүүсү.

Берилген багыт боюнча ориентирлөө маршрутун өтүү. Берилген багытта туристтик ориентирлөөнүн мелдештеринин шарттары жана эрежелери. КПдан өтүүнүн ырааттуулугу. Педагогдун же жогорку класстардын окуучуларынын жетекчилиги менен 5-6 адамдан турган группанын парктан же мектептин айланасындагы аралыкты өтүүсү.

Сканировано с CamScanner

4.6. Экскурсиялык багыт алуу.

Практикалык иштер: Белгиленген маршрутта тарых, архитектура, искусство, жаратылыш ж.б. эстеликтерин алардын сүроттоосү боюнча микрорайондо (калктуу пунктта), мектептин жакынкы айланасында табуу. Педагогдун жетекчилиги менен объекттерди микрорайон боюнча кыймылдын планына кошуу. Кыймылды уюштурууда жөө жүрүүчү көчөлөрдү өтүүдөгү эрежени сактоо.

5. *Жеке гигиена жана врачка чейинки жардам.*

5.1. Туристтин жеке гигиенасы.

"Тазалык – ден соолуктун булагы" жана "Денең чымыр – ден соолугуң чың" эрежелерин сактоо. Кыш мезгилинде (сезон арасында) туристтик сейилде шам-шум этүүнү уюштурууда жеке гигиенанын эрежесин сактоо. Физкультура, спорт, туризм сабактарындагы жеке гигиена. Эртең мененки денени чыңдоо. Эртең мененки, кечки туалет, контрасттык душ. Ден соолукту чыңоо. Жеке куралдардын гигиеналык талаптарын сактоо. Ден соолукка жана абалга жөнөкөй байкоолорду жүргүзүү. Жаш туристтин жеке гигиенасынын эрежесин сактоосун текшерүүдөгү туристтик группанын санитарынын милдети.

Практикалык иштер: "Кышкы туристтик сейил учурунда шам-шум этүү үчүн азык-түлүктөрдү ороо" оюну. Кышкы өргүүдө өзөк жалгоону уюштуруудагы жеке гигиена. Туристтик группадагы санитардын жумушу.

Ата-энелер менен биргеликте абал жөнүндө күндөлүк түзүү.

"Биздин бирикменин жаш туристтеринин жашоосу" деген темада видеосюжеттерди көрүү жана талкуулоо.

5.2. Врачка чейинки биринчи жардамды корсотүү.

Врачка чейинки биринчи жардамды ар кандай ооруларда жана жаракаттарда көрсөтүү. Жаракаттарды тазалоо жана таңгычтарды таңуу үчүн материалдар.

Созулуп калуу, чыгып кетүү. Травмалардын мүнөздөмөсү. Зарыл жардам. Дарылоо. Үшүтүп алуу, күйгүзүп алуу. Күйүктүн жана үшүктүн түрлөрү, себептери, белгилери. Күйүктү дарылоо жана организмди сууктан сактоо.

Кан соруучу курт-кумурскалардын жана жаныбарлардын чагышы. Жаратты тазалоо жана таңгычтарды таңуу эрежеси. Кененин ж.б. курт-кумурскалардын чагуусунан дарылоо.

Ууулануу. Тамак-аштан уулангандарды дарылоо. Себептери, керектүү жардамды көрсөтүү.

Күн нурунун, ысыктын уруусу. Себептери жана белгилери. Дарылоо, керектүү жардамды көрсөтүү.

Практикалык иштер: Жабыркагандарга шарттуу түрдө врачка чейинки жардамды көрсөтүү.

5.3. Жаракаттарды, сыйрылганды, өйкөлгөн жерди тазалоо жана жөнөкөй ороочту таңуу

Практикалык иштер: Жаракаттарды, сыйрылганды,өйкөлгөн жерди тазалоо. Ороочту таңуу. "Айболит" оюну: жабыркаганга шарттуу түрдө врачка чейинки зарыл жардам.

5.4. *Жеке жана группалык медициналык аптечка.*

Туристтик сейил үчүн группалык медициналык кутучаны комплекттөө группанын (туристтик сейилдин катышуучусу) санитарынын жумушу. Жекече жана группалык кутучанын составы. Дары дармектерди, витаминдерди жана таңгыч материалдарды дайындоо, аларды ороо, сактоого жана пайдаланууга талаптар, дары дармектердин маркировкасы жана сактоо мөөнөтү. Экскурсияда жана сейилде группанын санитарынын милдеттери. Туристтик группанын санитарынын күндөлүгү.

Практикалык иштер: Медициналык кутучаны маркалоо жана таңуу. Дары дармектердин мөөнөтүн, комплектүүлүгүн текшерүү, аларды таңгактоо. "Мыкты табып" оюну (дары-дармектердин, дары чөптөрдүн, элдик ыкмалардын дайындалышы).

5.5. Жабыркагандарды ташуу ыкмалары.

Жабыркагандарды жеткирүүнүн ыкмалары. Ар кандай ооруларда жана жаракаттарда: мертинүүдө, ысык урганда, ууланганда ж.б. жабыркагандарды жеткирүүнү уюштуруу. Жабыркагандарды ар кандай жаракаттарда тепкичтен, жантаймалардан (эңкейиштен, өрүүлөрдөн) жеткирүүнүн эрежеси. Жабыркагандарды жеткирүүдө туристтик группадагы өз ара жардам.

Сканировано с CamScanner

Практикалык иштер: Жабыркагандарды жеткирүүдө курткалардан, штормовкалардан ташуучу каражаттарды даярдоо.

Жабыркагандарды өңгүл-дөңгүл рельефте жөнөкөй транспорттук ыкмалардын (штормовкалардан, курткалардан жасалган замбилдердин) жардамы менен жеткирүү.

6. Аймак таануунун негиздери.

6.1. Санжыра.

Тарбиялануучулардын эң жакын туугандары. Санжыра.Үй бүлөлүк майрамдар жана үрп-адаттар. Туугандарыңдын түпкү теги.

Практикалык иштер: Ата-энелер менен бирдикте санжыра, генеологиялык дарак түзүү. Өз чоң атаң, чоң энең, досторуң ж.б. туугандарың жөнүндө айтып берүү. "Үй бүлөлүк альбом" көргөзмөсүн чыгаруу.

6.2. Жердештер.

Ошол регионго мүнөздүү болгон элдик салттар, оюндар, бийлер, музыкалар, ырым-жырымдар. Элдик оозеки адабият.

Практикалык иштер: Жомокторду, уламыштарды окуу, элдик ырларды, частушкаларды, бийлерди, оюндарды жаттап үйрөнүү.

6.3. Аймак таануунун алиппеси.

Аймактык кызматтар: жаш тарыхчы-аймак таануучу, аймак-таануучу-баянчы, аймак таануучу-сүрөткө түшүрүүчү, метеоролог, ботаник, зоолог, орнитолог, аймак таануучу-эколог ж.б. Аймактык байкоолорго күндөлүк түзүү.

Маданий жана агартуу мекемелеринде маданияттуу мамиле кылуу жана өзүн алып жүрүү эрежеси. Экскурсоводду кунт коюп угуу жана экспонаттарды туура карап чыгуу.

Ветерандар менен болгон байланыштагы эреже. Суроолорду даярдоо. Маек куруу.

Жаратылышта, токойго же дарыяга экскурсия учурунда байкоо жүргүзүүдө өзүн алып жүрүү эрежеси. Аймактык байкоо жүргүзүү күндөлүгү.

Практикалык иштер: Байкоолор, таасирлер (ата-эне же педагог менен бирдикте) күндөлүгүн жүргүзүү. Аймактык (мектепке) музейге экскурсия жасоо. Музейлерге, көргөзмөлөргө баргандан кийинки өзгөчө жаркын маанай калтырган таасирлер жөнүндө баяндар. Жаныбарларга жана канаттууларга жардам көрсөтүү жана аларды коргоо (кумурсканын уюгун табуу жана айландыра тосуу, акырларды ж.б. тургузуу).

7. Спорттук-ден соолукту чыңдоочу туризм.

7.1. Жөө туризм.

Табигый жана жасалма тоскоолдуктар. Табигый тоскоолдуктарды шаймансыз жана шаймандар менен (жип) өтүү ыкмалары. Группанын токойлуу жана өңгүл-дөңгүл жерлерден өтүүсүн уюштуруу, жөнөкөй суу тоскоолдуктарын жеңүү, тик жантаймалардан өтүү, шоссе бойлоп жана жол бойлоп (чыйыр жол) жүрүү, эңкейиштер жана өөрүлөр, жантаймалардагы "серпантин" траверстер. Альпенштокторду пайдалануу. Периланы пайдаланып спорттук ыкма менен жантаймалардан ылдый түшүү жана жогору көтөрүлүү. Саздан, арыктан, шилендилерден өтүүнүн ыкмалары. Жарларды, кумдуу жантаймалардан өтүү. Тоскоолдуктарды жана тосмолорду айланып өтүү.

Тоскоолдуктарды жеңүүдө коопсуздук эрежесин сактоо.

Практикалык иштер: Тоскоолдуктардан өтүү жөнүндө видеофильмдерди көрүү. Бир орундан экинчи орунга баруу техникасын өздөштүрүү: жантаймалар, өөрү жерлерди, арыктарды, шилендилерди, жарларды ж.б. өтүү. Токойлуу жана өңгүл-дөңгүл жерлерден өтүү. Шарттуу саздардан коюлган томпоктордон өтүү. Альпенштокторду жана вертикалдык тепкичтерди колдонуу менен жантаймалардан жана тосмолордон түшүү жана көтөрүлүү. Жөнөкөй табигый тоскоолдуктардан (жип менен) өтүү. Спорттук ыкма менен вертикалдык тепкичти колдонуу аркылуу жантайма менен көтөрүлүү, түшүү. Солкулдаган устун аркылуу суулардан (жарлардан) өтүү. "Маятникти" колдонуу менен жардын аркы жагына өтүү.

Күзүндө токойго жөө сейил куруу. Маршруттагы группанын кыймылынын эрежесин, кыймылдын темпин жана ритмин сактоо. Чоң жана кичине тыныгууларда туристтедин эс алуусун уюштуруу. Шаардын жана токойдун жаратылышындагы (өсүмдүктөр жана жаныбарлар дүйнөсү, тирүү жана жансыз жаратылыш) жана жасалма чөйрөдөгү курчап турган объекттерине байкоо жүргүзүү. Токойдо чыйыр, жалгыз аяк жолдор, токойдогу жол менен жүрүү. Өңгүл-дөңгүл

Сканировано с CamScanner

жерлерден өтүү. Педагогдун жардамы менен группа же бардык катышуучулардын группасы менен жүрүү маршрутунун легендасынын шарттуу белгилерин түзүү. Чоң тыныгууда өзөк жалгоону жана өргүүлөрдү уюштуруу, кыймылдуу оюндарды, конкурстарды өткөрүү. Костёрду уюштуруу үчүн оюн түрүндө куураган чырпыктарды жана токойдо жаткан бутактарды даярдоо. Өргүү жасаган жердин территориясын тазалоо (таштандыларды жок кылуу).

Көлмөлөргө, өзөндөргө жазында жөө сейилдөө. Группада жүрүштүн эрежесин, маршрутту өтүүнүн тездигин, чоң жана кичине тыныгуулардагы эс алуунун эрежелерин сактоо. Жаратылыштагы жана жасалма чөйрөдөгү көлмөлөргө, өзөндөргө, курчаган объекттерге байкоо жүргүзүү. Дарыянын жээги жана жантаймалардан өтүү. Жантаймалардан, суулардын жээктеринен өтүү. Туура жолду тандоо. Суу тоскоолдуктарын (арык, көлчүк, булак ж.б.) өтүүдө өз ара жардам көрсөтүү. Альпенштокторду пайдалануу менен көтөрүлүү жана түшүү. Жаратылыштын жаш билгичтеринин жаратылыштагы сезондук өзгөрүүлөр жөнүндө аңгемелери (дарактардын, бадалдардын, чөптөрдүн, канаттуулардын, курт-кумурскалардын, жаныбарлардын, жердин рельефи, көлмөлөрдүн ж.б.)

7.2. Жөө туризмдеги тоскоолдук тилкеси.

Тоскоолдуктарды жеңүүнүн коопсуздук эрежеси жана техникалык ыкмалары. Өз ара жардам көрсөтүү, өз ара куткаруу. Тоскоолдук тилкесин өтө жана команда менен өтүү. Лидер жана арткы катардагы спортчулар. Спортчу-туристтин жана мелдештин катышуучусунун укугу жана милдеттери. Спорттук жүрүш-туруш. Тоскоолдук тилкесиндеги аралыкта спортчу-туристтердин өз ара аракети, өтүүнүн тактикасынын элементтерин иштеп чыгуу.

Практикалык иштер: Жумуштун ар кандай варианттары менен таанышуу жана этаптардагы өз ара аракеттер: саздан өңгүл-дөңгүлдөрдөн өтүү; гати боюнча аркы бетке өтүү; альпенштокторду колдонуу менен жантаймалардан түшүү, көтөрүлүү; устун аркылуу тең салмакты сактап өтүү; шилендилерди өтүү; "мышеловка"; судьялык "маятник" менен жардан (андан) өтүү, тосмолордун жардамы менен устундан өтүү, термелген устундан өтүү; чатырларды орнотуу жана чечүү.

7.3. Туристтик түйүндөр жана аларды колдонуу.

Негизги туристик түйүндөр: "түз", "жөнөкөй жол көрсөтүүчү", "сегизинчи жол көрсөтүүчү", "чоң жылан", "токуучу", "алдынан чыгуучу". Аларды пайдалануу жана дайындоо. Жеткирүү үчүн арканды маркировкалоо.

Практикалык иштер:Түйүндөрдү дайындалышы боюнча түйүү. Жеткирүү үчүн аркандарды маркалоо.

7.4. Лыжа туризми.

Туризм жана ориентирлөө сабактарына лыжаларды, лыжа таякчаларын жана ботинкаларды туура тандап алуу. Тик эмес жантаймаларда боорлордо лыжаны башкаруу. Лыжачынын лыжада турушу. Аттаган жана сыйгаланган кадамдар менен бир жерден экинчи жерге өтүү, ордунда туруп бурулуу, төмөн түшүүлөр жана негизги тирөөчтөр, аттаган кадамдар менен көтөрүлүү, кыймылдап турган учурда бурулуу. Лыжада жүрүүдөгү коопсуздук техникасы. Жөнөкөй тоскоолдуктарды (устундар, аңдар) жеңүү.

Практикалык иштер: Туризм жана ориентирлөө сабактарына шаймандарды жана лыжаларды тандоо. Лыжа сейили же ориентирлөө сабактары үчүн тандоо. Ордунда туруп лыжаны башкаруу: лыжанан согончок жагы жана буттун баш жагынын айланасы менен басуу. Сыйгаланууну күчөтүү үчүн парафиндерди, майларды пайдалануу.

Сыйгаланган жана аттоо кадамдары менен таякчасыз басуу; таякча менен кадамдап басуу жана аттап басуу; таяктар менен түртүлүү; бурулуштан аттап өтүү; түз жана кыйгач түшүү (негизги жана эңкейген абалда); тайгаланган кадамдар менен көтөрүлүү; кадамдап көтөрүлүү; тоскоолдуктарды арыштап өтүү; лыжа менен ойнолгон оюндар (100м чейин бурулуучу эстафеталар); бир жак каптал менен кадамдалган аракеттер; таякчасыз жана таякча менен калың карда жүксүз жана рюкзакта 3 кг чейин жүк менен бир орундан экинчи орунга өтүү; орточо темпте жүрүү. Жөнөкөй тоскоолдуктардан өтүүнүн көндүмдөрүнө жана билимдерине ээ болуу (устундардан, арыктардан).

Парктардагы лыжа сейили. Катарда жүргөндө эрежени сактоо. Кыш мезгилинде көчөлөрдө өзүн алып жүрүүнүн эрежелерин сактоо (өзүнө көзөмөл жасоо). Курчап турган жаратылыш объектилерине жана жасалма чөйрөгө (өсүмдүктөр жана жаныбарлар; тирүү жана

Сканировано с CamScanner

жансыз жаратылыш) байкоо жүргүзүү, жаныбарлар менен өсүмдүктөрдүн жашоосунун белгилерин иликтөө. Дарактарды, бадалдарды, чөптөрдү, канаттууларды, курт-кумурскаларды, жаныбарларды, жердин рельефтерин, көлмөлөрдү ж.б. жакшы билгендердин жаратылыштын мезгил-мезгили менен өзгөрүшү жөнүндөгү аңгемелери. Өзөк жалгаган чоң өргүүнү уюштуруу. Эс алуу үчүн (кардан, шамалдан коргоочу дубалдарды, шалаштарды даярдоо) кышкы токойдо калкалоолорду уюштуруу.

8. Жалпы спорттук-ден соолукту чыңдоочу физикалык камылга.

8.1. Жалпы физикалык камылга жана денени чыңдоо.

Эртең мененки зарядканын негизги максаты. Чыдакайлыктын жана моралдык-эрктик сапаттарынын мыкты болушунун мааниси. Жалпы жана атайын чыдамкайлыктын өнүгүүсү, жөө жарышка даярдануу. Машыккандардын функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн мыктылоо (гимнастика, спорттук оюндар, лыжа менен жарышуу, сууда сүзүү). Күчтү өстүрүү. Физикалык көнүгүүлөр сабагында жеке гигиенаны сактоо.

Практикалык иштер:

Чуркоонун техникасынын негизин үйрөтүү. Тездикти, тез-күчтүү сапаттарды, күчтүүлүктү, чыдамкайлыкты, ийкемдүүлүктү жана координациялык жөндөмдүүлүктү өнүктүрүүчү көнүгүүлөр. Сууда сүзүү (кээ бир ыкмаларды өздөштүрүү менен). Спорттук оюндар. Гимнастикалык көнүгүүлөр.

Өңгүл-дөңгүл жерлерден колоннада бирден чуркоо, тепкичте чуркоо, “серпантин менен” чуркоо, узундукка жана бийиктикке секирүү, тоскоолдуктар менен чуркоо.

Спорттук (анын ичинде элдик) оюндар.

Ийкемдүүлүктү, тездикти, келбеттүүлүктү өнүктүрүүчү көнүгүүлөр.

Физикалык көнүгүү сабактарынан кийин булчуңдарды бошотуу көндүмдөрү.

8.2. Психологиялык-педагогикалык жана врачтык-медициналык функционалдык жана физикалык-өнүгүүнүн диагностикасы жана окугандарды тестирлөө.

Кирүү тести жана диагностика (күзүндө өткөрүлөт).

Балдардын достору жана классташтары жөнүндө аңгемелери “ Мен жана менин классым (бирикме)”, “Менин досторум”, “Менин классым” темаларына сүрөт тартуу. Окуу классында окугандардын (кошумча билим берүү бирикмеси) айланасындагылардын психологиялык-педагогикалык портретин табуу. Окуучулардын өзүн - өзү текшерүүсү, физикалык өнүгүүсү жана даярдыгы.

Машыккандардын өнүгүүсүн салыштыруу максатында психологиялык-педагогикалык жана функционалдык-физикалык тестирлөөнү өткөрүү.

Тарбиялануучулардын өнүгүүсүнүн жалпы физикалык жана функционалдык деңгээлин аныктоо максатында тестирлөөнү оюн (таймаш) формасында өткөрүү.

Констатациялоо жана диагноздоо тесттери (жазында өткөрүлөт)

Жайында күндүн режимин текшерүүнү уюштуруу, тарбиялануучулардын (ата-энелер менен биргеликте) дененин физикалык өнүгүүсүнө байкоо күндөлүгүн жүргүзүү

Тарбиялануучулардын бир жыл ичинде жалпы физикалык жана функционалдык өсүүсүнүн деңгээлин тактоо максатында текшерүү тесттерин оюн (жарыш) түрүндө өткөрүү.

Жайкы зачёттук жүрүш –сааттардын сеткасынан тышкары

Белгиленген жердин картасын жана легенданы же спорттук картаны пайдалануу менен 5-6 кмге созулган жүрүш маршруту. Туристик группанын лагерин, өргүүнү чоң класстар же ата-энелер менен биргеликте уюштуруу. Костёрлорду жабдууда жана отундарды даярдоого катышуу. Педагогдун же жогорку класстардын окуучуларынын (ата-энелердин) жетекчилиги менен костёрдо тамак даярдоо. Туристтик ж.б. оюндар жана жарыштар (“Эң мыкты команда”ж.б.). Өргүү аянтында өсүмдүктөрдү билгичтердин сынагы. Маршруттагы жана группанын лагеринин айланасындагы жаратылыштын, тарыхтын кызыктуу объекттерин, иликтөө жана табуу. “Кичине инилериңе жардам бер” жана “Жаратылышка жардам бер” операциясы (жакынкы айланадагыларды турмуш-тиричилик калдыктарынан тазалоо), жаратылыш эстеликтерин коргоо жана жакшыртуу боюнча коомдук пайдалуу эмгек.

Сканировано с CamScanner

№82 жалпы билим берүү мектебинин футбол ийримине катышуучуларынын тизмеси

№	Окуучулардын аты жөнү	Жашы
1.	Аманов Бекзат	13 жаш
2.	Камалов Илияз	14 жаш
3.	Чоюбеков болсунбек	12 жаш
4.	Асанов Ыйман	10 жаш
5.	Султангазиев Бакыт	12 жаш
6.	Тураров Адилхан	13 жаш
7.	Искаков Адилет	12 жаш
8.	Айдарбеков Арсен	12 жаш
9.	Эргешов Элгенур	14 жаш
10.	Абилжанов Адилет	14 жаш
11.	Зарылбеков Арлен	13 жаш
12.	Жеңишбеков Өмүрбек	9 жаш
13.	Куштарбеков Жапар	10 жаш
14.	Сыдыков Баяман	10 жаш
15.	Табаев Бекбол	13 жаш
16.	Абдибапов Адилет	15 жаш
17.	Бакытбеков Амантур	15 жаш
18.	Каипбеков Бекболсун	15 жаш
19.	Касымов Баел	12 жаш
20.	Садырбеков Баел	12 жаш
	9 жаш	1
	10 жаш	3
	12 жаш	6
	13 жаш	4
	14 жаш	3
	15 жаш	3
	Баары	20

Машыктыруучу: Джумагулов У.У

Сканировано с CamScanner

№82 жалпы билим берүү мектебинин баскетбол ийримине катышуучуларынын тизмеси

№	Окуучулардын аты жөнү	Жашы
1.	Канатбек уулу Адилет	15 жаш
2.	Жапаркулов Султан	15 жаш
3.	Жалилов Даниел	15 жаш
4.	Акышев Элдияр	15 жаш
5.	Доскеев Замир	16 жаш
6.	Реженалиев Улук	15 жаш
7.	Аманова Сезим	13 жаш
8.	Качкынчиева Чолпон	14 жаш
9.	Атабекова Жаңыл	13 жаш
10.	Атабекова Адинай	17 жаш
11.	Абдраимова Нурзат	14 жаш
12.	Токтоматова Азима	15 жаш
13.	Сарыкова Зарина	14 жаш
14.	Камалова Илияс	14 жаш
15.	Аламанов Бекзат	13 жаш
16.	Чоюбеков Болсунбек	12 жаш
17.	Султангазиев Бакыт	12 жаш
18.	Тураров Адилхан	13 жаш
19.	Искаов Адилет	12 жаш
20.	Айдарбеков Арсен	12 жаш
21.	Эргешов Элгенур	14 жаш
22.	Абилжанов Адилет	14 жаш
23.	Зарылбеков Ариен	13 жаш
24.	Эргешов Алишер	16 жаш
	12 жаш	4
	13 жаш	5
	14 жаш	6
	15 жаш	6
	16 жаш	2
	17 жаш	1
	Баары	24

Машыктыруучу Джумагулов У.У

Сканировано с CamScanner

82 ж.б.б.мектебинин "Жаш аймак таануучу туристтер "ийриминин 1 тайпасынын тизмеси:

1.Доскеев Замирбек 2005 ж. 16 ж.
2.Аралбеков Айдин 2007ж. 14 ж.
3.Атабекова Ж.2008. 13. ж.
4.Акбарова М.2006. 15 ж.
5.Бек у Абдукарим 2005. 16 ж.
6.Белекова М.2006. 15 ж.
7.Дуйшонбекова А.2007. 14 ж.
8.Жаанбаева Ж.2006. 15 ж.
9.Качкынчиева Ч. 2007. 14 ж.
10.Ибраималиева У.2006. 15 ж.
11.Сарыкова З.2007. 14 ж.
12.Уланбек к А.2007. 14 ж.

Отулуучу кун:
Ишенби 12-00 -14-00.
Жекшенби 10-00--12-00.

2 -тайпанын тизмеси:

1.Камалов И.2008. 13 ж.
2.Чоюбеков Б.2009. 12 ж.
3.Турарбеков А.2008. 13 ж.
4.Айдарбеков А. 2008. 13 ж.
5.Султангазиев Б.2009. 12 ж.
6.Куштарбеков Ж.
2011. 10 ж.
7.Мамаев Н.2007. 14 ж.
8.Айтикеева М.2008. 13 ж.
9.Азимова М.2008. 13 ж.
10.Ильясова Э.2008. 13 ж.
11.Мансурлва М.2008. 13 ж.
12.Кулов Б.2008. 13 ж.

Отулуучу кун:
Ишенби 10-00--12-00
Жекшенби 12-00--15-00.
Ийрим жетекчи:Джумагулов У.У.

баары: 24.
1. 10 жаш – 1
2. 12 жаш – 2
3. 13 жаш – 9.
4. 14 жаш – 6.
5. 15 жаш – 4
6. 16 жаш – 2
7.

Сканировано с CamScanner