



УТВЪРДИЛ  
ДИРЕКТОР:

/М. Георгиева/



## КОНСПЕКТ

ПО УП ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕЖДАНЕ НА СПОРТНО-ТУРИСТИЧЕСКИ  
ДЕЙНОСТИ СПП – 10 клас  
(ПРИРАВНИТЕЛНИ, ПОПРАВИТЕЛНИ, ПРОМЯНА НА ОЦЕНКА,  
САМОСТОЯТЕЛНА ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ, ОФОРМЯНЕ НА ГОДИШНА  
ОЦЕНКА)

1. Организация и провеждане на подвижни игри. Основни изисквания - хигиенни условия и обезопасяване на мястото за игра.
2. Организация на играещите. Обяснение на игрите.
3. Подвижни игри за развитие на физически качества. Игрови упражнения и щафетни игри. Игри за развиване на гъвкавост, бързина и ловкост, сила и издръжливост.
4. Игрите при разходка и излет на туристите.
5. Организация и провеждане на индивидуални, групови и щафетни игри.
6. Организация и провеждане на групови занимания по аеробика, степ-аеробика, зумба, каланетика.
7. Специални умения в туристическата дейност. Избор на подходяща екипировка.
8. Поддръждане на раница. Подбор на облекло.
9. Опъване на палатка. Избор на място и планировка на къмпинг/бивак. Мерки за безопасност.
10. Използване на индивидуални съоръжения за туризъм – очила, въжета, лампи, газови прибори, разпалване огън на открито.
11. Работа с карта и компас.
12. Приготвяне на храни и хранителна безопасност при полеви условия.
13. Хранителни режими при спортно-туристическата дейност.

ИЗГОТВИЛ:

  
/Таня Методиева /