

Учебный план
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
туристско-краеведческой направленности
«Туристский поход»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Форма подведения итогов по теме
		Всего	Теория	Практика		
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	интерактивная игра- путешествие	устный фронтальный опрос, анкетирование
2.	Техника безопасности в туристском походе	2	1,5	0,5	беседа	викторина-зачет
3.	Кодекс путешественника. Правила группы	1	0,5	0,5	фронтальная беседа, практикум	практическая работа
4.	Походные должности	1	0,5	0,5	теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум, игра	самостоятельная работа
5.	Краеведческая работа на маршруте	16	8	8	теоретическое занятие с применением ИКТ, интерактивная игра, практикум	практическая работа
6.	Природоохранная деятельность в походе	5	1	4	теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум	практическая работа
7.	Ориентирование в походе	3	2	1	теоретическое занятие, практикум	практическая работа
8.	Походный травматизм. Оказания первой помощи	10	3,5	6,5	беседа, теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум	тестовое задание практическая работа
9.	Выживание в природной среде	3	2	1	беседа, теоретическое занятие с применением	тестовое задание практическая работа

					ИКТ, практикум	
10.	Туристские узлы и их применение	6	0,5	5,5	теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум	зачет
11.	Туристские соревнования (конкурсы) и слеты	69	4	65	тренировочное занятие, практикум, тренинг, соревнование	зачет
12.	Пеший туристский учебно-тренировочный поход					
12.1	Подготовка к пешему походу	11	0,5	10,5	теоретическое занятие, практикум	практическая работа в группах
12.2	Походное снаряжение: личное и групповое	5	3	2	теоретическое занятие, практикум, игра	практическая работа в группах
12.3	Питьевой режим и питание в пешем походе	3	1	2	теоретическое занятие, самостоятельная работа, практикум	самостоятельная работа, практическая работа в группах
12.4	Бивак в пешем походе	2	1	1	теоретическое занятие, практикум	тестовое задание
12.5	Техника и тактика в пешем походе	3	1,5	1,5	теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум	практическая работа в группах
12.6	Пеший туристский учебно-тренировочный поход с отработкой туристских навыков на местности	8	-	8	ПВД однодневный поход	зачет
		16	-	16	ПВД двухдневный поход	
		28	-	28	степенной поход	
		8	-	8	ПВД однодневный поход	
12.7	Подведение итогов пешего похода	8	-	8	практикум, круглый стол	практическая работа в группах, викторина
13.	Лыжный туристский учебно-тренировочный поход					
13.1	Подготовка к лыжному походу	10	0,5	9,5	теоретическое занятие, практикум	практическая работа в группах

13.2	Походное снаряжение: личное и групповое	2	1	1	теоретическое занятие, практикум, игра	практическая работа в группах
13.3	Питьевой режим и питание в лыжном походе	3	1	2	теоретическое занятие, самостоятельная работа, практикум	самостоятельная работа, практическая работа в группах
13.4	Бивак в лыжном походе	2	0,5	1,5	теоретическое занятие, практикум	практическая работа
13.5	Техника и тактика в лыжном походе	2	1,5	0,5	теоретическое занятие с применением ИКТ, практикум	практическая работа в группах
13.6	Лыжный учебно-тренировочный поход с отработкой туристских навыков на местности	8	-	8	ПВД однодневный поход	зачет
		16	-	16	ПВД двухдневный поход	
		28	-	28	степенной поход	
13.7	Подведение итогов лыжного похода	6	-	6	практикум, круглый стол	практическая работа в группах, викторина
14.	Заключительное занятие	2	-	2	игра, беседа,	итоговое тестирование
	Итого за период обучения:	288	35,5	252,5		