

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ПРОГРАММА «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ»

1 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Прак.
1.	Российский массовый туризм.	2	2	0
2.	Экология, краеведение и туристские возможности родного края	6	3	3
3.	Подготовка, проведение и подведение итогов путешествия.	20	8	12
4.	Тур. снаряжение	6	2	4
5.	Организация питания, быта и досуга в походе	6	3	3
6.	Топография и ориентирование на местности.	14	6	8
7.	Туртехника	14	4	10
8.	Обеспечение безопасности в походе и на занятиях	10	8	2
9.	Гигиена туриста, ЗОЖ и доврачебная медицинская помощь.	16	10	6
10.	ПДД	45	35	10
11.	ОФП	52	2	50
12.	Соревнования	25	5	20
	ИТОГО	216	88	128

2 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Прак.
1.	Российский массовый туризм.	2	2	
2.	Экология, краеведение и туристские возможности родного края	6	3	3
3.	Подготовка, проведение и подведение итогов путешествия.	24	4	20
4.	Тур. снаряжение	8	2	6
5.	Организация питания, быта и досуга в походе	6	3	3
6.	Топография и ориентирование на местности.	15	5	10
7.	Туртехника	16	4	12

8	Обеспечение безопасности в походе и на занятиях	10	6	4
9	Гигиена туриста, ЗОЖ и доврачебная медицинская помощь.	16	6	10
10.	ПДД	36	30	6
11.	ОФП	42	2	40
12.	Соревнования	35	3	32
	ИТОГО	216	70	146

3 год обучения

	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Прак.
1.	Российский массовый туризм.	6	4	2
2.	Экология, краеведение и туристские возможности родного края	8	3	5
3.	Подготовка, проведение и подведение итогов путешествия.	57	9	48
4.	Тур. снаряжение	16	4	12
5.	Организация питания, быта и досуга в походе	12	2	10
6.	Топография и ориентирование на местности.	33	5	28
7.	Туртехника	24	4	20
8	Обеспечение безопасности в походе и на занятиях	12	8	4
9	Гигиена туриста, ЗОЖ и доврачебная медицинская помощь.	20	10	10
10.	ПДД	24	20	4
11.	ОФП	72	2	70
12.	Соревнования	40	4	36
	ИТОГО	324	75	249

4 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теор.	Прак.
1.	Российский массовый туризм.	4	3	1
2.	Экология, краеведение и туристские возможности родного края	8	2	6
3.	Подготовка, проведение и подведение итогов путешествия.	62	4	58
4.	Тур. снаряжение	8	2	6
5.	Организация питания, быта и досуга в походе	16	4	12
6.	Топография и ориентирование на местности.	36	4	32

7.	Туртехника	30	2	28
8	Обеспечение безопасности в походе и на занятиях	16	2	14
9	Гигиена туриста, ЗОЖ и доврачебная медицинская помощь.	22	16	6
10.	ПДД	16	14	2
11.	ОФП	56	2	54
12.	Соревнования	50	4	46
	ИТОГО	324	59	265