

**Учебный план
ДООП «Пеший поход»**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Общие сведения				
1.1	Введение в программу	3	2	1	Опрос, игра
	Итого:	3	2	1	
2.	Первый поход				
2.1	Первый поход: выбор места похода, составление маршрутного листа, направление его в МКК на согласование	3	1	2	Практическое задание
2.2	Первый поход: распределение должностей в походе, составление меню, списка продуктов и снаряжения, обсуждение деталей	3	1	2	Практическое задание
2.3	Первый поход: проверка и укладка снаряжения	3	1	2	Практическое задание
2.4	Первый поход: гора Волостная (район дубль дома)	3	1	2	Практическое задание
2.5	Первый поход: подготовка отчета о походе	3	-	3	Практическое задание
	Итого:	15	4	11	
3.	Туристические узлы				
3.1	Узлы и их применение в туризме	3	-	3	Соревнование
	Итого:	3	-	3	
4.	Основы топографии и ориентирования				
4.1	Зарисовка топографических знаков. Топографический диктант. Зачет по блоку «Основы топографии и ориентирования»	3	1	2	Практическое задание, зачет
	Итого:	3	1	2	
5.	Основы туризма				

5.1	Поход выходного дня, характеристика, особенности, требования	3	2	1	Практическое задание
5.2	Типы костров и способы их разведения	3	1	2	Игра
5.3	Специальное снаряжение	3	2	1	Викторина
5.4	Практическое занятие: разведение костра в зимних условиях на скорость	3	-	3	Практическое задание
5.5	Преодоление естественных препятствий в походе	3	1	2	Практическое задание
5.6	Выбор личного снаряжения. Зачет по блоку «Основы туризма»	3	1	2	Практическое задание, зачет
	Итого:	18	7	11	
6.	Краеведение				
6.1	Природные зоны Заполярья. Туристские возможности региона	3	1	2	Опрос
6.2	Пешеходные маршруты Заполярья, категории, степени сложности	3	1	2	Практическое задание
6.3	Горы Кандалакшского района, освоенность, изученность. Зачет по блоку «Краеведение»	3	1	2	Практическое задание, зачет
	Итого:	9	3	6	
7.	Первая помощь				
7.1	Первая помощь в походных условиях	3	2	1	Практическое задание
7.2	Виды травм в походе. Первая помощь при травмах	3	1	2	Игра
7.3	Гигиена туриста. Зачет по блоку «Первая помощь»	3	1	2	Практическое задание, зачет
	Итого:	9	4	5	
8.	Второй поход				
8.1	Второй поход: выбор места похода, составление маршрутного листа, направление его в МКК на согласование	3	2	1	Практическое задание

8.2	Второй поход: распределение ролей в походе, составление меню, списка продуктов снаряжения, обсуждение деталей	3	1	2	Практическое задание
8.3	Второй поход: проверка и укладка снаряжения	3	-	3	Практическое задание
8.4	Второй поход: лесополоса на левом берегу реки Нива. Подготовка отчета о походе	3	-	3	Практическое задание
	Итого:	12	3	9	
9.	Патриотизм				
9.1	По следам боевой славы... Посещение военных мемориалов г. Кандалакша	6	3	3	Практическое задание, викторина
9.2	Составление экскурсионного маршрута «По следам боевой славы...». Зачет по блоку «Патриотизм»	3	-	3	Опрос, зачет
	Итого:	9	3	6	
10.	Соревнования «туристские навыки»				
10.1	1 этап. Вязание узлов, укладка рюкзака на время	3	1	2	Практическое задание
10.2	2 этап. Обустройство бивака по заданным условия (на время).	3	-	3	Практическое задание, опрос
	Итого:	6	1	5	
11.	Третий поход				
11.1	Третий поход: выбор места похода, составление маршрутного листа, направление его в МКК на согласование	3	1	2	Практическое задание
11.2	Третий поход: распределение должностей в походе, составление меню, списка продуктов и снаряжения, обсуждение деталей	3	-	3	Практическое задание

11.3	Третий поход: проверка и укладка снаряжения	3	-	3	Практическое задание
11.4	Третий поход: г. Крестовая	6	1	5	Практическое задание
11.5	Третий поход: подготовка отчета о походе, защита отчета о походе	3	-	3	Практическое задание
11.6	Итоговое занятие: подведение итогов, награждение членов объединения	3	-	3	Зачет
	Итого:	21	2	19	
	Всего по программе:	108	30	78	