

**Учебно - тематический план  
4-й год обучения**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Туристская подготовка (пешеходный туризм)				Слет, сборы, тестирование
1.1	Нормативные документы туризму	6	1	1	
1.2.	Усовершенствование и изготовление туристского снаряжения	10	1	9	
1.3.	Организация туристского быта в экстремальных ситуациях	8	-	8	
1.4.	Подготовка к походу путешеству	13	-	13	
1.5.	Питание в туристском походе	9	1	8	
1.6.	Техника преодоления естественных препятствий в походе	20	1	19	
1.7.	Соревнования по туризму	18	-	18	
1.8.	Подведение итогов похода	4	-	4	
		84	4	70	
2.	Топография и ориентирование				Слет, поход, сборы, экскурсия, тестирование
2.1.	Топографическая съемка, корректировка карты	10	2	8	
2.2.	Соревнования по ориентированию	8	2	8	
		18	2	16	
3.	Краеведение				Слет, поход, сборы, экскурсия, тестирование
3.1.	Изучение района путешествия	6	2	4	
3.2.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	18	-	18	
		24	2	22	
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь				Поход, тестирование
4.1.	Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим	26	2	24	
4.2.	Организация транспортировки и сопровождения пострадавших	12	2	10	
		38	4	34	
5.	Общая и специальная физическая подготовка				Подвижные игры, туристские эстафеты, туристская полоса препятствий, нормативы ОФП
5.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	3	1	2	
5.2.	Общая физическая подготовка	17	-	17	
5.3.	Специальная физическая подготовка	48	-	48	
		68	1	67	
6.	Специальная подготовка				Слет, сборы, «Зарница», тестирование
6.1.	Природная среда и безопасность	16	2	14	
6.2.	Стихийные бедствия, аварии, катастрофы и способы защиты от их последствий	18	2	16	

6.3.	Выживание в условиях автономного существования	30	2	28	
6.4.	Основы организации безопасного проведения спасательных работ	18	2	16	
6.5.	Работа средствами связи и сигналы	10	2	8	
6.8.	Работа в индивидуальных средствах защиты	8	-	8	
		92	10	82	
	ИТОГО за период обучения	324	23	301	

Зачетное многодневное мероприятие (поход, Лагерь, слет и т.п.) – вне сетки часов