

УТВЕРЖДЕН  
приказом ДТДиМ  
от 7 июня 2024 г. № 330-ОД

Календарно – тематический план  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Туристы - краеведы, № 103-тк гр., педагог Булыгин Л.Ю.  
1 года обучения 2024 -2025г.г.

№ темы	Название раздела, темы	Количество часов				Число и месяц занятия
		Всего	Теория	Практика	Практика на местности	
Туристская подготовка						
1.1	Техника безопасности	2	2			02.09.2024
1.1.1	Техника безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.					
	Виды туризма. Самодеятельный туризм					
1.1.2	ОФП	2		2		04.09.2024
1.2	Личное и групповое туристское снаряжение	2	1			09.09.2024
1.2.1	Организация туристского быта, привалы		1			
1.3	и ночлеги					
1.3.1	Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток	8			8	20.10.2024
1.3.2	ОФП	2		2		11.09.2024
1.4	Подбор группы и распределение обязанностей. Подготовка к походу, путешествию	2	1			16.09.2024
1.4.1	ОФП			1		
1.4.2	Составление плана-графика похода, заполнение маршрутной документации	2		1		18.09.2024
	ОФП					
1.4.3	Определение цели и района путешествия. Хозяйственная и техническая подготовка путешествия.	2		2		23.09.2024
1.4.4	Распределение обязанностей в группе. Изучение карт, отчётов о походах, получение сведений у групп, прошедших маршрут.	2		2		25.09.2024
1.4.5	Инструктаж учащихся по безопасности и правилам поведения в условиях природной среды.	2		2		30.09.2024
1.4.6.	Подготовка личного и группового снаряжения. Смотр готовности группы	2		2		02.10.2024
1.4.7	ОФП	2		2		07.10.2024
1.5.1	Значение, режим и особенности питания в многодневном путешествии. Калорийность, вес и нормы дневного рациона.	2	1			09.10.2024
1.5.2	Составление меню и списка продуктов.			1		

1.5.3	Выполнение требований к хранению продуктов. Составление меню и списка продуктов согласно нормам дневного рациона участника туристского похода.	2		2		14.10.2024
1.5.4	Завхоз по питанию туристской группы и его обязанности.	2		2		16.10.2024
1.5.5	Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства	2		2		21.10.2024
1.5.6	Правила пользования и хранения походной посуды, хозяйственных наборов: оборудования для костра, ножей, топоров и др. Питьевой режим на маршруте.	2		2		23.10.2024
1.6.1	Туристские должности в группе	2	1			28.10.2024
1.6.2	ОФП			1		
1.7.1	Техника и тактика в туристском путешествии. Понятие о тактике в туристском походе. Тактика планирования нитки маршрута.	2	1			30.10.2024
1.7.2	ОФП			1		
1.7.3	Использование специального снаряжения: страховочная система, верёвки, карабины; различные узлы	2		1		06.11.2024
1.7.4	ОФП			1		
1.7.5	Отработка техники вязания узлов.	2		2		11.11.2024
1.7.6	Меры обеспечения безопасности при переправах.	2		2		13.11.2024
1.7.7	Устройство навесных переправ. Переправы с караваном	2		2		18.11.2024
1.7.8	Страховка и самостраховка	2		2		20.11.2024
1.7.9	Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана-графика похода. Техника передвижения по болотам, травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, по камням. Организация страховки	8			8	<b>24.11.2024</b>
1.8	Обеспечение безопасности в туристском путешествии, походе	2	1			25.11.2024
1.8.1	Система обеспечения безопасности в туризме			1		
1.9	Подведение итогов туристского путешествия	2	1			27.11.2024
1.9.1	Разбор действий каждого участника и группы в целом			1		
1.10	Подготовка к учебным соревнованиям	2		2		02.12.2024
1.10.1	Проработка положения о соревнованиях.			2		
1.10.2	Способы переноски пострадавшего. Обеспечение безопасности и организация страховки.	2		2		04.12.2024
1.10.3	Подготовка к участию в соревнованиях по учебной технике.	2		2		09.12.2024

1.10.4	Подготовка к соревнованиям по туристской технике. Контрольные мероприятия по туристской технике. Спортивные соревнования учащихся по дисциплине «Пешеходный туризм».	8			8	08.12.2024
1.10.5	Этапы: «Постановка палатки», «Навесная переправа», «Спуск-подъем по склону». Способы переноски пострадавшего, «Преодоление водной преграды». Другие этапы: разведение костра. Этап «Укладка рюкзака» (на время), «Заготовка дров» Разработка запасных вариантов маршрута. Соревнования по спортивному ориентированию.	8			8	22.12.2024
ИТОГО: Туристская подготовка -75 часов, ОФП- 13 часов						
Топография и ориентирование						
2.1.1	Топографическая и спортивная карта Виды топографических карт. Спортивная карта	2	1			11.12.2024
2.1.2	ОФП			1		
2.1.3	Упражнения на запоминание условных знаков спортивных и топографических карт	2		1		16.12.2024
2.1.4	ОФП			1		
2.1.5	Применение знаний условных знаков при нанесении на карту.	2		2		18.12.2024
2.1.6	Изучение элементов рельефа местности по картам и на местности. Определение координат точки на карте.	2		2		23.12.2024
2.1.7	Измерение расстояний по карте. Копирование на кальку участка топографической карты.	2		2		25.12.2024
2.1.8.	Движение группы по топографической и спортивной карте.	2		2		28.12.2024
2.2.1	Компас, работа с компасом Устройство компаса, правила пользования	2	1			13.01.2025
2.2.2	ОФП			1		
2.2.3	Упражнения по определению азимута. Снятие азимута с карты	2		1		15.01.2025
2.2.4	ОФП			1		
2.2.5	Отработка навыков работы с компасом. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков.	8			8	19.01.2025
2.3.1	Измерение расстояний Способы измерения расстояний на карте и на местности	2	1			20.01.2025
2.3.2	Измерение расстояний на карте			1		
2.3.3	ОФП	2		2		22.01.2025
2.3.4	Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, по определению ширины реки, оврага. Учёт оптических искажений и иллюзий при определении расстояния до предметов.	2		2		27.01.2025

2.3.5	Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнение по отработке автоматизма при счёте шагов.	2		2		29.01.2025
2.3.6	Глазомерное определение расстояний. Выполнение упражнений на прохождение отрезков различной длины.	2		2		03.02.2025
2.3.7	Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.	2		2		05.02.2025
2.4.1	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	2	1			10.02.2025
2.4.2	ОФП			1		
2.4.3	Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах.	2		2		12.02.2025
2.4.4	Определение порядка действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте.	2		2		17.02.2025
2.5.1	Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию	2	1			19.02.2025
2.5.2	ОФП			1		
2.5.3	Подготовка к соревнованиям по спортивному ориентированию и туристскому ориентированию. Условия и требования к участникам соревнований.	8			8	<b>09.02.2025</b>
2.5.4	Тематические выезды - маршруты походов выходного дня: с элементами экскурсий	8			8	<b>02.03.2025</b>
ИТОГО: Топография и ориентирование - 52 часа, ОФП- 8 часов						
Краеведение						
3.1	История развития государственной символики	2	1			24.02.2025
	ОФП			1		
3.1.2	Устный опрос по теме занятия (государственные символы РФ)	2		1		26.02.2025
	ОФП			1		
3.1.3	Природно-ресурсный потенциал: биологический (растительный и животный мир), энергетический, минеральный (полезные ископаемые)	2	1			03.03.2025
	Устный опрос по теме занятия			1		
3.1.4	«Путешествия» по карте. Подготовка мини-докладов о природе родного края.	2		1		05.03.2025
	ОФП			1		
3.1.5	Знакомство с отчётами туристских групп, совершивших путешествие в данном районе	2		2		10.03.2025
3.1.6	Посещение природных памятников родного края с целью изучения ресурсов края, полезных ископаемых, климата, гидрографии, растительного и животного мира.	8			8	<b>13.04.2025</b>
3.2. 3.2.1	История и культура родного края. Сведения о прошлом земли Ижорской. Памятники истории и культуры	2	1			12.03.2025

	ОФП			1		
3.2.2	Составление и решение кроссвордов.	2		2		17.03.2025
3.2.5	Подготовка мини-докладов по истории и культуре родного края.	2		2		19.03.2025
3.2.6	В путешествии: содержание и методика проведения краеведческих наблюдений; ведение записей; взаимодействие членов команды, распределение обязанностей.	2		2		24.03.2025
3.2.7	После путешествия: камеральная обработка краеведческих наблюдений, составление отчета о наблюдениях	2		2		26.03.2025
3.2.8	Встречи с представителями науки, культуры, ветеранами войны, интересными людьми (или просмотр видео материалов по заданной тематике)	2		2		31.03.2025
3.2.9	Посещение памятных мест Колпино (по выбору)	8			8	<b>27.04.2025</b>
3.3	Туристские возможности парков и ближайших окрестностей Санкт-Петербурга.	2	1			02.04.2025
3.3.1	ОФП			1		
3.3.2	Охраняемые природные территории на карте. Работа с картографическим и справочным материалом по туристским маршрутам родного края.	2		2		07.04.2025
3.3.4	Знакомство с экомаршрутом на территории ООПТ. История природного комплекса (заказника или памятника природы)	2		2		09.04.2025
3.3.5	Деятельность по охране природы в условиях путешествия, трудовые десанты. Изучение района похода: транспортные пути	2		2		14.04.2025
3.3.6	Составление творческих отчетов и представление докладов на различных мероприятиях. Постановка цели и задач путешествия.	2		2		16.04.2025
3.3.7	Определение границ района похода: климат, рельеф, гидрография, растительность и другие природные условия района.	2		2		21.04.2025
ИТОГО: Краеведение – 45 часов, ОФП - 5 часов						
Основы гигиены, оказание первой помощи						
4.1	Личная гигиена при занятиях туризмом, значение водных процедур	2	1			23.04.2025
4.1.1	ОФП			1		
4.2	Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств	2	1			28.04.2025
4.2.1.	ОФП			1		
4.3	Формирование походной аптечки. Просмотр видеофильма. Проведение теста.	2		2		30.04.2025
4.3.1	Заболевания и травмы, обусловленные участием в туристских походах	2	1			05.05.2025
4.3.2	ОФП			1		

4.3.2	Отработка полученных практических навыков при переломах, ранах, кровотечениях.	2		1		07.05.2025
4.3.3	ОФП			1		
4.3.4	Освоение способов наложения повязок, наложения жгута. Оказание первой помощи условно пострадавшим.	2		2		19.05.2025
4.3.5	Отработка правильного положения пострадавшего при транспортировке. Наложение повязок, жгута.	2		2		21.05.2025
ИТОГО: Основы гигиены и оказание первой помощи- 10 часов, ОФП - 4 часа						
Общая и специальная физическая подготовка						
5.1.1	ОФП	2		2		26.05.2025
ИТОГО: ОФП-32 часа						
Профориентационное занятие						
6.1	Беседы на темы: знакомство с профессиями по направлению программы	2	1			28.05.2025
	Устный опрос по теме занятия			1		
ИТОГО: профориентационное занятие - 2 часа						
	ВСЕГО	216	23	121	72	

