

УТВЕРЖДЕН  
приказом ДТДиМ  
от 20\_\_г. № -ОД

Календарно – тематический план  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Юные туристы», 1 год обучения, гр.№  
2023/2024 учебный год

№ раздела/темы	Наименование тем занятий	Всего	Количество часов		Число, месяц занятия
			Теория	Практика	
1	Техника безопасности в туристских путешествиях. Виды туризма	2	1		
1.1	Задачи на год, план работы, цели. Краткая характеристика отдельных видов туризма.			1	
1.2	Снаряжение туриста. Понятие о снаряжении. Перечень личного и группового снаряжения. Типы палаток.	2	1		
	ОФП			1	
1.2.2	Укладка рюкзака. Установка палатки	2		1	
	ОФП			1	
1.3	Организация туристского быта Организация привалов и ночлегов. Основные требования	2	2		
1.3.1	ОФП	2		2	
1.3.2	Определение мест для организации привалов и ночлегов.	2		2	
1.3.3	Планирование лагеря - выбор мест для палаток.	2		2	
1.3.4	Установка и снятие бивака	2		2	
1.3.5	Разведение костра. Заготовка дров	2		2	
1.3.6	Техника безопасности при заготовке дров и обращении с огнём.	2		2	
1.3.7	Установка палаток	2		2	
1.3.8	Правила поведения в палатке.	2		2	
1.3.9	Уборка места лагеря перед уходом группы	2		2	
1.4.	Питание в туристском походе Значение правильного питания. Приготовление пищи на костре.	2	1		
	ОФП			1	
1.4.1.	Составление меню и списка продуктов для похода	2		1	
	ОФП			1	
1.4.2	Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках	2		2	
1.4.3	Приготовление пищи в походных условиях	2		2	
1.5.	Туристские должности в группе Должности постоянные и временные. Командир группы	2	1		
	ОФП			1	
1.5.1	Распределение туристских должностей	2		1	
	ОФП			1	

1.5.2	Выполнение обязанностей по должностям при проведении похода выходного дня (дежурные)	2		2	
1.6	Техника и тактика в туристском походе Порядок движения группы на маршруте	2	2		
1.6.1	ОФП	2		2	
1.6.2	Движение группы по пересеченной местности	2		2	
1.6.3	Движение группы по лесу, кустарнику, через завалы	2		2	
1.6.4	Движение группы по заболоченной местности.	2		2	
1.7.	Подготовка к путешествию. Требования, предъявляемые к участникам походов	2	1		
	ОФП			1	
1.7.1	Подготовка личного и группового снаряжения	2		1	
	ОФП			1	
1.7.2.	ОФП	2		2	
2.1	Топографическая карта. Понятие и значение топографии. Условные знаки	2	1		
2.1.1	ОФП			1	
2.1.2	Топографические знаки: рельеф, растительность, воды, искусственные объекты	2		2	
2.1.3	ОФП	2		2	
2.1.4	Распознавание топографических знаков на местности	2		2	
2.2	Спортивная карта Условные знаки спортивных карт	2	1		
	ОФП			1	
2.2.1	Условные знаки спортивных карт	2		2	
2.2.2	ОФП	2		2	
2.2.3	Работа со спортивной картой. Определение по карте масштаба местности. Работа с курвиметром и работа с азимутом	2		2	
2.2.4	Определение обозначений на карте	2		2	
2.2.5	Установление объектов на местности в соответствии со спортивными картами	2		2	
2.2.6	Ориентирование с помощью спортивной карты	2		2	
2.3.	Компас, работа с ним	2	1		
2.3.1	Правила пользования компасом			1	
	ОФП			1	
2.3.2	Определение основных и промежуточных направлений с помощью компаса.	2		1	
2.3.3	ОФП			1	
2.4	Способы ориентирования	2	1		
2.4.1	Ориентирование с помощью карты в походе			1	
	ОФП			1	
2.4.2	Упражнение по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту	2		1	
2.4.3.	ОФП			1	
2.4.4	Отработка навыков по ориентированию со специальными приборами	2		2	
2.4.5	Определение сторон горизонта по местным предметам	2		2	
2.4.6	Фиксация параметров в листок ориентировщика	2		2	
3	Изучение государственных символов РФ: флаг, герб, гимн. Символы России: народные, государственные.	2	1		

	Игровая практика			1	
3.1. 3.1.1	Положение Ленинградской области на географической карте. Рельеф, реки, озера, полезные ископаемые родного края.	2	1		
	Анализ рельефа Лен. области, полезных ископаемых, водных артерий			1	
3.1.2	Ознакомление с географическими объектами Ленинградской области	2		2	
3.1.4	Ознакомление с географическими объектами ООПТ	2		2	
3.2 3.2.1	Растительный и животный мир родного края. Особенности растительного и животного мира Ленинградской области	2	1		
	ОФП			1	
3.2.2	Определение охраняемых животных и растений на гербарном материале, по фотографиям и открыткам	2		1	
	ОФП			1	
3.2.3	Ознакомление с природой Ленинградской области	2		2	
3.2.4	Ознакомление с водными объектами Ленинградской области	2		2	
4.1 4.1.1	Личная гигиена Понятие о гигиене. Гигиена одежды и обуви	2	1		
	ОФП			1	
4.2 4.2.1	Походная аптечка Состав медицинской аптечки для похода	2	1		
	ОФП			1	
4.2.2 4.2.3	Комплектация аптечки похода выходного дня	2		1	
	ОФП			1	
4.3 4.3.1	Основные приемы оказания первой помощи. Походный травматизм. Общее понятие травмы и виды травм	2	1		
	ОФП			1	
4.3.2 4.3.3	Наложение повязок	2		1	
	ОФП			1	
4.4 4.4.1	Приемы транспортировки пострадавшего Способы транспортировки пострадавшего.	2	1		
	ОФП			1	
4.4.2	Изготовление носилок с помощью штормовок, рюкзаков. Транспортировка пострадавшего	2		2	
5.1. 5.2	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Врачебный контроль и самоконтроль	2	1		
	ОФП			1	
5.3	Проведение контрольных тестов для определения уровня физической подготовки обучающихся	2		2	
5.4.1	Специальная физическая подготовка Тренировочные кросс-походы на местности	2		2	
5.4.2	Тренировочные кросс-походы на местности с картой	2		2	
5.4.3	Тренировочные кросс-походы по пересеченной местности	2		2	
5.4.4	Эстафета с применением спортивного ориентирования	2		2	

5.4.5	Тренировочные кросс-походы с использованием страховки на сложных участках маршрута	2		2	
5.4.6	Тренировочные кросс-походы по топографическим картам	2		2	
5.4.7	Тренировочные кросс-походы по заболоченной местности	2		2	
5.4.8	Тренировочные кросс-походы с использованием специального снаряжения	2		2	
6.	Мир профессий. Правила игр на знакомство с профессиями, которые знакомы обучающимся. (по направлению программы)	2	1		
	Игры на знакомство с профессиями: «Разные профессии?», «Что лишнее?», «Все профессии нужны, все профессии важны!»			1	
<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>22</b>	<b>122</b>		