



Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Курортного района Санкт-Петербурга
«На реке Сестре»

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете
ГБУ ДО ДДТ Курортного района
Санкт-Петербурга «На реке Сестре»
Протокол № 5
от «28» июня 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО ДДТ Курортного района
Санкт-Петербурга «На реке Сестре»
_____ Куканова М.В.
Приказ № 97
от «28» июня 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ЮНЫЕ ИНСТРУКТОРА ТУРИЗМА»

Уровень: базовый

Возраст учащихся: 13-18 лет

Срок реализации: 3 года

**Разработчик – Яговкина И.И.,
педагог дополнительного образования**

Санкт-Петербург
2022

Условия реализации программы

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, на основании заявления в соответствии с локальными актами ГБУ ДО ДДТ Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре».

Условия формирования групп: группы формируются разновозрастные; допускается дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения на основе собеседования и сдачи контрольных нормативов по общей физической подготовке, в соответствии с локальными актами ДО ДДТ Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре».

Количество детей в группе: 15 человек - в первый год обучения; 12 человек во второй год обучения; 10 человек в третий и последующие в соответствии с Технологическим регламентом оказания государственной услуги в сфере дополнительного образования «Реализация дополнительных общеразвивающих программ (туристско-краеведческой направленности)», утвержденным Распоряжением Комитета по образованию «Об утверждении технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере образования» от 17.05.2019 г. № 1416-Р.

Особенности организации образовательного процесса:

Обеспечение безопасности всех форм образовательного процесса: организация образовательного процесса в системе занятий и итоговых мероприятий (учебно-тренировочных сборов, массовых контрольных мероприятий, спортивных походов и экспедиций, соревнований), обеспечивающих психическое и физическое развитие учащихся, обретение ими общегражданских и специальных навыков в процессе туристско-краеведческой и военно-патриотической деятельности.

Организация образовательного процесса в системе занятий и итоговых мероприятий (конкурсов, конференций, олимпиад), обеспечивающих обретение учащимися ключевых компетенций туристско-краеведческой деятельности и общегражданских ключевых компетенций.

Организация образовательного процесса в системе занятий и итоговых мероприятий, обеспечивающих профессиональную ориентацию учащихся в области туризма и экспедиционных наук.

Организация образовательного процесса в системе подготовки и проведения досуговых мероприятий (вечеров, праздников, театральных инсценировок по темам, близким туристско-краеведческой и военно-патриотической деятельности).

Профессиональная кооперация педагогов, создание временных учебных, соревновательных и походных (экспедиционных) объединений, учащихся с целью предоставления обучающимся возможностей выбора специализированных образовательных маршрутов и общего повышения эффективности многолетнего образовательного процесса в объединениях учащихся.

В программу включены однодневные и многодневные походы, соревнования, смены в ДОЛ, многодневные природные мероприятия. Время, проведенное учащимися в походах, учитывается в программе по разделам, отвечающим содержанию осуществляемой в походах туристско-краеведческой деятельности.

В разделе «Начальная туристская подготовка» изучается элементарная (базовая) техника совершения пешеходных путешествий по России с полевыми ночлегами, с использованием карты и компаса. Кроме этого, обучающиеся получают дополнительные знания по географии и истории России (в соответствии с планируемыми туристскими походными маршрутами), первой медицинской помощи, техники преодоления препятствий на маршрутах путешествий.

Тренировки по разделу «Общая физическая подготовка» направлены на физическое и волевое развитие обучающихся. Тренировки состоят из упражнений, не имеющих туристской специфики, а также передвижения по маршруту путешествий (упражнения на выносливость).

Раздел «Специальная подготовка» включает:

- Психологическая подготовка.
- Тактико-техническая подготовка.
- Спортивное ориентирование
- Специальные умения и навыки Школы безопасности
- Изучение исторических и географических особенностей районов совершения планируемых многодневных природных мероприятий;

- Подготовка организаторов мероприятий;
- Судейская подготовка.

Организационно-массовые условия обеспечения программы:

Предусмотренная программой кооперация педагогов позволяет им проводить массовые мероприятия клубных объединений учащихся (объединения учащихся одного района города могут объединяться в клуб). Кроме этого педагоги и учащиеся ДДТ «На реке Сестре» могут активно использовать календарь районных туристско-краеведческих и военно-патриотических мероприятий, проводимых ДДТ «На реке Сестре», региональных мероприятий, проводимых Городской станцией юных туристов ГБОУ «Балтийский берег», военно-патриотических мероприятий, проводимых Центром военно-патриотического воспитания ГБОУ «Балтийский берег», официальных стартов по спортивному ориентированию. Выбор тех или иных мероприятий для участия на каждом году обучения обуславливается целями конкретного года обучения, видом планируемого туристского путешествия, предпочтениями педагогов и объединений учащихся.

Особенностью организации образовательного процесса, основывающегося на туристско-краеведческой деятельности, и данной программы в том числе, является неравномерное распределение продолжительности занятий по дням и неделям. Гибкая система планирования, введенная А.А. Остапцом-Свешниковым (Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1985), была и остается до настоящего времени инновацией, позволяющей педагогу, не отходя от нормативных требований, регулировать образовательный процесс в зависимости от погодных, климатических, природных, психологических, кадровых и других условий, позволяет вносить необходимые коррективы в содержание образовательного процесса и оперативно реагировать на запросы практики.

Опорный календарь городских массовых туристских мероприятий, ежегодно проводимых Городской станцией юных туристов

Название мероприятия	Время проведения
Городские соревнования учащихся СПб по рафтингу	в течение года
Городской смотр-конкурс спортивных походов и экспедиций учащихся СПб «По Родной стране»	первая половина декабря
Звездный лыжный поход школьников СПб, посвященный снятию блокады Ленинграда	27 января
Городские соревнования учащихся СПб на лыжном контрольном туристском маршруте «Туристская лыжня здоровья»	конец февраля – начало марта
Городские соревнования учащихся СПб на горном контрольном туристском маршруте	апрель
Городские соревнования учащихся СПб на водном контрольном туристском маршруте	первая декада мая
Городские соревнования учащихся СПб на пешеходном контрольном туристском маршруте «Кубок юных защитников Ленинграда»	середина мая
Городские соревнования учащихся СПб на комбинированном контрольном туристском маршруте	вторая половина мая
Водный туристско-спортивный праздник ГБОУ «Балтийский берег»	начало сентября
Городские соревнования учащихся СПб на приключенческом туристском маршруте	конец сентября – начало октября

Опорный календарь городских массовых туристских мероприятий, ежегодно проводимых Центром патриотического воспитания

Название мероприятия	Время проведения
Региональный финал Всероссийских соревнований «Школы безопасности»	сентябрь
Региональные соревнования по туристскому многоборью	октябрь-ноябрь
Региональный этап детской военно-спортивной Игры «Зарничка»	март-апрель
Региональный этап военно-спортивной Игры «Зарница»	май

Другое – городские, региональные, всероссийские соревнования по спортивному туризму и спортивному ориентированию, проводимы соответствующими федерациями.

Основные формы образовательной деятельности: фронтальная, групповая, коллективная, индивидуальная.

Формы проведения занятий: теоретические учебные занятия, практические учебные занятия, туристские прогулки, туристские вечера, туристские соревнования, туристские конкурсы, туристские слеты, смотры, экскурсии и экскурсионные поездки, общая физическая подготовка, однодневные туристские выезды, походы выходного дня, многодневные походы, сборы, соревнования по спортивному ориентированию, соревнования Школы безопасности, военно-туристские игры «Зарничка», «Зарница» и «Орлёнок», туристско-краеведческие, поисково-спасательные работы, тематические смены и ДОЛ, экспедиционная работа в маршрутных и стационарных экспедициях. Основная и комплексная форма туристско-краеведческой деятельности – туристский маршрут (поход). Сложность туристского маршрута зависит от опыта и возраста участников (учащихся объединения).

Походы и многодневные выезды проводятся как в период летних каникул, так и в период межсезонья. Данные мероприятия могут проводиться как без дополнительного финансирования (в рамках часов), так и за счет средств летней оздоровительной кампании, либо краткосрочных модульных программ.

Занятия объединений учащихся проводятся:

- в условиях природной среды районов совершения многодневных пеших, лыжных, горных и водных путешествий, спортивных учебно-тренировочных сборов, экспедиций;
- в условиях природной среды на территории Ленинградской области во время однодневных и учебных походов, слетов, соревнований;
- на специально предназначенных территориях детских оздоровительных лагерей при проведении профильных смен и мероприятий с обучающимися;
- в парках Санкт-Петербурга;
- в специализированных спортивных залах школ города (по договоренности);
- в музеях Санкт-Петербурга;
- в помещениях ДДТ «На реке Сестре», включая театральный и актовый залы, оснащенный мультимедийным оборудованием.

В связи с вероятностью введения ограничений на очную форму проведения занятий на период эпидемий, порядок подачи материала календарно-тематического плана может меняться. Максимально возможное количество практических занятий на местности ставится на периоды отсутствия ограничений.

При введении ограничений на занятия в помещениях, все занятия переносятся на местность. При введении ограничений на групповые занятия на открытом воздухе, занятия могут проводиться в режиме индивидуальных тренировок на свежем воздухе.

Формы организации занятий: занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья).

Форма обучения: очная. При длительных ограничениях на проведение занятий в очной форме, работа по программе может проводиться в форме очного обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

При работе в смешанной форме (очного обучения и очного обучения с применением дистанционных образовательных технологий) занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья).

При проведении занятий используется:

1. преемственность содержания и форм организации образовательного процесса, обеспечивающих реализацию программы по годам обучения;
2. учет специфики возрастного психофизического развития учащихся;
3. вариативность направлений психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья)

обучающихся; формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей; формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и сверстников; поддержка самоуправления);

4. диверсификацию уровней психолого-педагогического сопровождения (индивидуальный, групповой, уровень объединения учащихся, уровень организации);

5. вариативность форм психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса (профилактика, диагностика, консультирование, коррекционная работа, развивающая работа).

Язык реализации программы - русский

Кадровое обеспечение

Привлечение к профессиональной педагогической деятельности педагогов подтвержденной высокой квалификации, с учетом специфики образовательных запросов.

Обязательное наличие второго педагога при проведении многодневных мероприятий в условиях природной среды. Это закреплено следующими нормативными документами: Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации, утвержденная приказом Министерства образования РСФСР от 13.07.1992 г № 293; Технологический регламент оказания государственной услуги в сфере дополнительного образования «Реализация дополнительных общеразвивающих программ (туристско-краеведческой направленности), утвержденный Распоряжением Комитета по образованию «Об утверждении технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере образования» от 17.05.2019 г. № 1416-Р. Наличие второго педагога в объединении учащихся делает возможной организацию работы звеньев на выезде.

Материально-технические условия

Приобретение необходимого для занятий личного снаряжения по предоставляемым педагогами спискам является заботой родителей учащихся. Групповое снаряжение и оборудование может предоставляться ДДТ «На реке Сестре», либо приобретаться при долевом участии заинтересованных организаций и лиц, включая родителей. В последнем случае приобретение материальных ценностей может осуществляться и передаваться под отчет педагогу – руководителю объединения учащихся родительским комитетом объединения.

Личное снаряжение (список включает только специальное туристское снаряжение):

Костюм штормовой – 1 шт.

Рюкзак 80-120 л. – 1 шт.

Мешок спальный зимнего типа – 1 шт.

Коврик теплоизолирующий – 1 шт.

Компас жидкостной с быстрой стрелкой – 1 шт.

Лыжное снаряжение прогулочного или туристского типа – 1 комплект

Система страховочная индивидуальная – 1 шт.

Велосипед горный – 1 шт.

Велошлем – 1 шт.

Велорюкзак – 1 шт.

Карабины альпинистские – 3 шт.

Веревка капроновая диаметр 10 мм – 4 м

Фрикционное спусковое устройство – 1 шт.

Каска альпинистская – 1 шт.

Групповое снаряжение (10 – 12 человек) (список включает только специальное туристское снаряжение):

1. Палатки туристские 3-х местные – 4 шт.

2. Палатка шатровая зимняя – 1 шт.

3. Печь туристская – 1 шт.

4. Набор котлов туристских – 1 комплект
5. Костровое оборудование – 1 комплект
6. Топоры – 2 шт.
7. Пилы – 2 шт.
8. Тент групповой – 1 шт.
9. Веревка капроновая диаметр 10 мм, длина 40 метров – 4 шт.
10. Веревка капроновая диаметр 6 мм, длина 30 метров – 2 шт.
11. Карабины альпинистские – 10 шт.
12. Аптечка первой помощи – 1 шт.
13. Набор ремонтных инструментов – 1 шт.

Специальное оснащение образовательного процесса.

Для обеспечения практических занятий по отдельным темам необходимо располагать следующими видами специального инвентаря:

1. GPS-навигаторы – 3 шт.
2. Противогазы – 10шт.
3. Комплект противорадиационной защиты – 2 шт.
4. Система электронной отметки для ориентирования – 1 комплект
5. Автомат Калашникова – 2 шт.
6. Магазин с патронами – 2 шт
7. Пневматическая винтовка с патронами – 2 шт.
8. Гранаты учебные – 6 штук.
9. Прибор для определения уровня радиации ДП-5 – 1

Инвентарь для занятий по теме «Первая помощь»:

10. бинты широкие и узкие нестерильные – 14 шт.
11. бинты эластичные – 14 шт.
12. шина Крамера: короткая, средняя и длинная – всего 3 шт;
13. шприцы для внутримышечных инъекций 7x2мл, 7x10мл – всего 14 шт.
14. ампулы с реактивами для инъекций – 21 шт.
15. муляжи для инъекций – не менее 3 шт.

Планируемые результаты

Оздоровление детей, улучшение общефизической подготовки, правильное и быстрое реагирование в чрезвычайных ситуациях, усвоение различных социальных ролей, успешная социализация в обществе

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы, учащиеся овладевают, полезными для них знаниями, умениями и навыками; достигают максимально доступного уровня жизненной компетенции; осваивают формы социального поведения; оказываются способными реализовать их в условиях семьи и гражданского общества.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. К ним относятся:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию личности человека;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающую долгую сохранность творческой деятельности;
- понимание туризма и ориентирования как средства физической культуры по организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек;
- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;

- проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, уважительное отношение к окружающему миру;
- проявление осознанной дисциплинированности, умение отвечать за результаты собственной деятельности.
- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;
- проявление адекватного (социально-одобряемого) поведения;
- умение вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику интереса, внимания и уважения;
- умение находить компромиссы при принятии общих решений

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в активной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения дополнительной образовательной программы. Приобретаемый опыт проявляется в практической деятельности: учебно-тренировочных занятиях, контрольных выездных мероприятиях, соревнованиях, походах. Предметные результаты проявляются в развитии следующих компетенций:

- общая физическая подготовка
- знания по истории и географии различных регионов России;
- знания основ организации полевого походного быта
- знания основных положений судейства;
- знание основ организации профильных массовых мероприятий разного уровня
- навыки спортивного ориентирования
- элементы техники пешеходного туризма
- владение знаниями по оказанию первой доврачебной помощи
- основы правильного реагирования в чрезвычайных ситуациях
- способность к адаптации в социальной среде путем смены функциональных социальных ролей в объединении (штурман, ответственный за заготовку дров, за постановку шатра, дежурный по кухне, костровой, эколог и т.д.)
- способность выполнять учебно-тренировочные задания и упражнения по технической, тактической и физической подготовке.
- владение знаниями о восстановительных средствах и мероприятиях после физической нагрузки;
- владение знаниями о способах профилактики заболеваний;
- способность осуществлять судейство отдельных этапов соревнований.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качествах и свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения данной программы. Эти качества и свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям туризмом, а также в умении применять приобретенные качества в жизни.

- способность управлять своими эмоциями;
- хорошая физическая форма, желание поддерживать ее в дальнейшей жизни;
- владение морально-волевыми навыками (преодоления трудностей) и применение их;
- владение навыками выживания в экстремальных и близких к экстремальным условиям.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное соотношение труда и отдыха;
- умение собирать и упаковывать снаряжение, организовывать и обустроить быт в полевых условиях, соблюдать правила техники безопасности;
- умение содержать в порядке инвентарь, оборудование, одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и контрольным мероприятиям.
- владение умением анализировать результаты участия в контрольных мероприятиях;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с окружающими.

Особенностями организации образовательного процесса по программе является использование технологии циклов ТКД (название введено А.А. Остапцом-Свешниковым (Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1985). «Цикловое - поэтапное» программирование образовательной деятельности с корректировкой программы деятельности туристского объединения учащихся по личностным результатам воспитанников; педагогическая рефлексия образовательной результативности программы, цикла – один из важнейших аспектов организации образовательной деятельности данной программы. Образовательный процесс состоит из циклов: планирование туристского мероприятия – подготовка туристского мероприятия – проведение туристского мероприятия – подведение итогов туристского мероприятия (анализ и подготовка отчета) – представление результатов туристского мероприятия (цикл замыкается). Планирование и представление результатов – это начало и конец цикла, при этом на этапе подведения итогов уже начинается планирование следующего мероприятия. Каждый цикл включает в себя всевиды деятельности: познавательную (учебную), поисковую, трудовую, спортивную, игровую, общественно полезную, самоуправленческую, участие в которых позволяет ребенку развивать личностные индивидуальные качества через активное познание окружающего мира, людей и самого себя. «Вершиной» цикла является коллективное творческое дело: путешествие, тематическая прогулка, экскурсия, поход, экспедиция, слет - активные практически традиционные формы туристско-краеведческой деятельности, при проведении которых воспитательные задачи решаются комплексно, а соответственно, оказывают наиболее результативное влияние на личность ребенка и взрослого. Каждый цикл является проектом. В каждый цикл могут входить отдельные меньшие циклы (проекты). Например, при подготовке туристского мероприятия распределяются должности (каждый учащийся объединения в процессе обучения по программе должен освоить поочередно все должности). Смена функциональных социальных ролей в объединении (штурман, фотограф, хронометрист, краевед, ответственный за заготовку дров, за постановку шатра, дежурный по кухне, костровой, эколог и т.д.) подчиняется такому же алгоритму: планирование – подготовка – проведение – подведение итогов (анализ и подготовка отчета) – представление результатов/обсуждение (цикл замыкается). Таким образом, данный цикл является мини проектом учащегося. Небольшие образовательные циклы могут быть включены в более обширные проекты.

Усложняющаяся спираль освоения школьниками образовательной программы и, следовательно, окружающего мира. На каждом следующем году обучения учащиеся изучают такие же разделы и блоки, что и на предыдущем, но с постепенным усложнением программного материала и изучением дополнительной специфики в зависимости от выбранного образовательного маршрута.

Особенностью организации образовательного процесса, основывающегося на туристско-краеведческой деятельности, и данной программы в том числе, является неравномерное распределение продолжительности занятий по дням и неделям. Гибкая система планирования, введенная А.А. Остапцом-Свешниковым (Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1985), была и остается до настоящего времени инновацией, позволяющей педагогу, не отходя от нормативных требований, регулировать образовательный процесс в зависимости от погодных, климатических, природных, психологических, кадровых и других условий, позволяет вносить необходимые коррективы в содержание образовательного процесса и оперативно реагировать на запросы практики.

Например, при нагрузке 8 часов в неделю, могут использоваться следующие варианты.

Первый вариант. В день (по расписанию): 2 + 2 часа практических и/или теоретических занятий в спортивном зале/на стадионе/парке. Остается по 4 часа, которые

педагог суммирует за каждые 2 недели = 8 часов. Эти 8 часов педагог реализует 2 раза в месяц в форме занятия в условиях природной среды (поход, выезд на 1 день).

Второй вариант: В день (по расписанию): 2 часа практических и/или теоретических занятий в спортивном зале/на стадионе/парке, 4 часа 2 раза в месяц по субботам, плюс 8 часов 2 раза в месяц по воскресеньям.

Третий вариант. В день (по расписанию): 2 часа практических и теоретических занятий в спортивном зале/на стадионе/парке. Остаются 6 часов, которые педагог накапливает за 4 недели (в месяц) = 24 часа. Из них 16 часов педагог реализует в природной среде 1 раз в месяц (16 часов) как поход выходного дня (суббота и воскресенье). И 1 раз в месяц как однодневный 8-ми часовой поход в природной среде.

Возможны и другие варианты.

Аналогично раскладываются на варианты и другие недельные нагрузки. Фиксированными являются 8 часов в день занятий в условиях природной среды. Конкретное количество часов и распределение нагрузки по учебным неделям и в каникулярное время осуществляется в процессе составления и согласования педагогом рабочей программы объединения на текущий год.

Продолжительность обучения по программе – 3 года. При отсутствии документально подтвержденного уровня подготовки, обучающиеся приступают к занятиям по программам первого года обучения.

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1	Начальная туристская подготовка	42	25	17	Входной*, текущий, промежуточный
2	Общая физическая подготовка	6	1	5	Текущий, промежуточный
3	Специальная подготовка	96	51	45	Текущий, промежуточный
	ИТОГО:	144	77	67	

*Входной контроль проводится на первом году и при зачислении в объединение новых учащихся. Промежуточный – 2 раза в год: в конце первого и второго полугодия. Итоговый – по завершению программы.

Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1	Начальная туристская подготовка	32	14	18	Текущий, промежуточный
2	Общая физическая подготовка	74	10	64	Текущий, промежуточный
3	Специальная подготовка	38	15	23	Текущий, промежуточный
	ИТОГО:	144	39	105	

Учебный план 3-го года обучения (216)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1	Начальная туристская подготовка	88	29	36	Текущий, промежуточный
2	Общая физическая подготовка	84	4	39	Текущий, промежуточный
3	Специальная подготовка	44	15	19	Текущий, промежуточный, итоговый
	ИТОГО:	216	48	94	

Учебный план 3-го года обучения (288)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1	Начальная туристская подготовка	94	30	64	Текущий, промежуточный
2	Общая физическая подготовка	120	16	104	Текущий, промежуточный
3	Специальная подготовка	74	30	44	Текущий, промежуточный, итоговый
	ИТОГО:	288	76	212	