

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Боханская средняя общеобразовательная школа № 2**

РАССМОТРЕНО  
на заседании МС  
Протокол № 1  
29 августа 2024 г.

\_\_\_\_\_



**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор МБОУ БСОШ №2  
И.Г. Ростовцева  
Приказ № 34 от 30 августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Школа выживания»**  
для обучающихся 9-17 лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы: Теренников Сергей Викторович  
советник директора по воспитанию  
МБОУ Боханской СОШ № 2

п. Бохан, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Школа выживания» – *туристско-краеведческая с элементами физкультурно-спортивной деятельности*, рассчитана на учащихся 9-17 лет.

*Актуальность программы.* Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование умственного, духовного и физического развития ребёнка, способствует формированию навыков самостоятельной деятельности. В процессе овладения туристским мастерством у детей формируются такие качества личности, как упорство, сила воли, честность, коммуникабельность, умение доводить начатое дело до конца, креативность мышления, целеустремленность, и появление желания учиться, находить и анализировать связь между разными областями знаний и туризмом.

Занятия спортивным туризмом воспитывают в людях умение самостоятельно и правильно принимать решения в экстремальной ситуации, которая искусственно создается на различных соревнованиях, а также в походах. Кроме того, у детей формируются такие качества, как выносливость, быстрота реакции, высокая работоспособность, умение преодолевать себя.

*Педагогическая целесообразность* практическая значимость программы определяется ожидаемым уровнем сформированности основных туристских навыков и краеведческих знаний, умением применять полученные навыки в нестандартных ситуациях, развитием коммуникативных навыков в группе.

*Особенность программы.* Программа составлена на основании примерных (типовых) программ: Программы «Туризм и краеведение» - М.: Просвещение, 1982.; Программы для системы дополнительного образования детей «Юные туристы-спасатели», «Юные судьи туристских соревнований», «Юные инструкторы туризма», «Юные ориентировщики» - М.: ЦДЮТиК, 2000-2006 гг.); Программа обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования «Обучение детей жизненным навыкам в природной среде», А.Г.Маслов, Ю.С.Константинов – М.: ЦДЮТиК, 2001г.

*Сроки освоения программы:* 2024 – 2025 учебный год

*Форма обучения:* очная

*Режим занятий:* понедельник – четверг, с 15.00 – 15.40

***Цель программы:*** формирование личности учащихся посредством привлечения их к систематическим занятиям спортивным туризмом на основе изучения и познания родного края в туристских походах и на соревновательных маршрутах, формирования навыков оказания помощи и спасения людей, попавших в сложную ситуацию, допрофессиональная подготовка и профессиональная ориентация.

***Задачи программы:***

Обучающие

- усвоение и закрепление на практике базовых знаний техники и тактики спортивного туризма и ориентирования, основ краеведческой работы;

Развивающие

- интеллектуальное, эстетическое и физическое развитие в процессе освоения учебного материала;

Воспитывающие

- воспитание любви к своему краю, отечеству;

- физическое и духовное совершенствование.

## ОБЪЁМ ПРОГРАММЫ

Реализация данной программы предусматривает 136 часов в год

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта.

Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся, имеющих разрешение врача на основании заявления родителей.

Минимальная наполняемость учебной группы на спортивно - оздоровительном этапе подготовки - 10 человек. Комплекуются разновозрастные группы.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **1. Туристическая подготовка.**

**1.1. Знакомство с работой кружка. Техника безопасности на занятиях туризмом.** Знакомство с работой кружка в течение года и летом, совершение походов выходного дня и тренировок.

**1.2. Личное и групповое туристическое снаряжение.** Требования к туристическому снаряжению. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке. Сушка одежды и обуви в походе. Конструкция чехлов для топора, пилы. Конструкция бахил летних и зимних. Материалы для их изготовления. Назначение и применение снаряжения: аптечки, ремнабора, кострового оборудования. Снаряжение лыжника: требования к групповому и личному снаряжению, утеплению одежды к зимним походам, выбор лыж и креплений.

*Практические занятия.* Изготовление необходимого туристского снаряжения: сидухек, бахил. Составление ремнабора, аптечки, укладка рюкзака.

**1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.** Требования к месту бивака: наличие воды, дров, безопасность, комфортность. Установка палатки в различных условиях. Типы костров и их назначение. Хранение кухонных принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Распределение временных должностей и их работы. Правила и Т.Б. при заготовке дров. Узлы, их применение для обеспечения безопасности в походе. Назначение и техника вязки узлов.

*Практические занятия.* Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров – работа с пилой и топором. Разведение различных типов костров. Вязка узлов.

**1.4. Питание в туристском походе.** Требования к подбору продуктов питания и составление меню. Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на весь поход. Подготовка продуктов к транспортировке и хранению в походных условиях. Режим питания в походе. Кухонный инвентарь. Приготовление пищи на костре в любых условиях. Правила Т.Б. при приготовлении пищи на костре.

*Практическое занятие.* Составление меню и списка продуктов для 1 – 2-х дневного похода, графика дежурств. Упаковка и расфасовка продуктов. Приготовление пищи на костре.

**1.5. Подготовка к походу, тренировке, соревнованиям.** План подготовки похода: цели похода, район похода, разработка маршрута, подбор карт, оформление маршрутного листа, распределение должностей в группе, составление перечня необходимого снаряжения в соответствии с назначенной должностью. Изучение сложных участков и пути их преодоления.

*Практическое занятие.* Разработка маршрута похода. Составление списка индивидуального и группового снаряжения. Составление меню, заполнение маршрутных листов, отчетов о походе. Походы выходного дня, выездные тренировки

**1.6. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.** Меры безопасности при движении в походе. Движение по лесу, через ручей, по пересеченной местности, по населенному пункту, по шоссе. Взаимопомощь при движении в походе. Функции ведущего и замыкающего. Наблюдение за погодой – одна из мер обеспечения безопасности.

*Практическое занятие.* Правильное движение по пересеченной местности во время похода. Знакомство с приметами о изменениях погоды. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног; упражнения на равновесие, подъем по крутым склонам оврагов, берегов ручьев. Лазание на сложность и на скорость

**1.7. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего.** Предупреждение мозолей и потертостей; охлаждения и обморожения в зимнем походе, их предупреждение. Тепловой и солнечный удар летом, необходимая помощь при них. Травмы: кровотечения, ушибы, переломы. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств.

*Практическое занятие.* Разучивание приемов оказания первой помощи пострадавшему, приемов транспортировки. Правила и приемы наложения повязок.

**1.8. Соревнования по туризму, скалолазанию.** Классификация соревнований. Положения о соревнованиях. Описание отдельных технических этапов и специальных заданий. Таблицы штрафов за ошибки и нарушения. Порядок определения результатов соревнований. Подготовка к соревнованиям.

*Практическое занятие.* Участие в соревнованиях по технике пешеходного, лыжного туризма, соревнования по скалолазанию. Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке. Подъем обычным шагом, способами «ёлочка», «лесенка». Торможение «плугом» и «полуплугом». Вынужденная остановка падением. Тропление лыжни на открытой местности и в лесу. Меры страховки и самозадержания.

## **2. Топография и ориентирование.**

**2.1. Основы техники и тактики ориентирования.** Развитие навыков чтения карты. Специальные упражнения для развития памяти, внимания, мышления. Технические приемы и способы ориентирования. Ориентирование на коротких этапах. Ориентирование с использованием линейных ориентиров.

*Практическое занятие.* Выездные тренировки и соревнования на различных картах. Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности. Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова. Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

**2.2. Спортивная и топографическая карта.** Знакомство с планом и картой. Виды топографических карт и основные сведения о них. Спортивная карта, её масштаб, условные знаки. Карты с различными формами рельефа. Устройство компаса и его использование. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов. Использование карты в походе. Ориентирование на местности. Топография. Условные обозначения, используемые в картах.

*Практическое занятие.* Ориентирование по плану станции, школы. Определение сторон горизонта с помощью компаса и по местным признакам. Решение топографических задач. Топографические диктанты. Работа с картами различного масштаба. Определение расстояний.

**2.3. Условные топографические знаки.** Условные знаки, используемые на плане местности, на спортивной карте, на топографической карте. Использование основных цветов на спортивной карте.

*Практическое занятие.* Топографические диктанты; составление ребусов, писем с использованием топонимов; использование заданий по топографии в различных соревнованиях.

**2.4. Подготовка к соревнованиям по ориентированию.** Работа с картами разного масштаба на чтение карты в шаге, легко бегом.

*Практическое занятие.* Тренировки на местности, выездные тренировки по ориентированию.

**2.5. Соревнования по ориентированию.** Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования по ориентированию в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе. Заполнение карточек участника, правильная отметка на КП, подсчет результатов соревнований.

*Практическое занятие.* Участие в соревнованиях по ориентированию.

### **3. Краеведение и экология.**

**3.1. Подготовка к краеведческим и экологическим играм.** Знакомство с видами растений и животных, занесенных в Красную книгу Иркутской области. Разработка интересных маршрутов для проведения походов. Памятники истории и культуры. Работа с различными источниками о истории Иркутской области.

*Практическое занятие.* Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю. Участие в эколого – краеведческих играх.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу учебного года обучающиеся будут знать:

- требования, предъявляемые к туристскому снаряжению, перечень личного и группового снаряжения;
- основные требования к месту привала и бивака;
- основные типы костров и их назначение;
- принцип составления меню и списка продуктов;
- узлы и их применение для обеспечения безопасности в походе;
- план и карта, ориентирование с использованием линейных ориентиров;
- условные знаки, используемые на планах и картах;
- виды животных и растений, занесенных в Красную книгу Иркутской области;
- меры безопасности при занятиях туризмом;
- основные приемы оказания первой доврачебной помощи при мозолях, обморожениях, тепловых и солнечных ударах;

К концу учебного года обучающиеся будут уметь:

- составлять перечень личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий;
- правильно укладывать рюкзак;
- выбирать место для бивака, устанавливать палатку, разводить костер с помощью спичек;
- вязать узлы и использовать их по назначению;
- составлять меню и список продуктов;
- приготовить простую еду на костре;
- «читать» спортивную карту, ориентироваться с использованием линейных ориентиров;
- ориентироваться с помощью компаса и по местным признакам;
- определять расстояния по картам различного масштаба;
- участвовать в составлении отчетов о походе;
- оказывать первую помощь пострадавшему

### **Формы организации деятельности:**

- групповые;
- звеньевые;
- индивидуально-групповые.

### **Формы организации занятий:**

- беседа;
- тестирование;

- практические занятия;
- теоретические занятия;
- открытые занятия;
- соревнования по спортивному ориентированию;
- экскурсии;
- учебно-тренировочные сборы;
- поход;
- участие в туристических слётах.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п\п	Наименование тем и разделов	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
<b>1.</b>	<b>Туристская подготовка.</b>				
1.1.	Знакомство с работой кружка. Правила поведения и техника безопасности во время занятий	1	1		<i>В игре</i>
1.2.	Личное и групповое туристическое снаряжение	10	7	3	При подготовке к походу и в самом походе
1.3.	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги.	19	6	13	
1.4.	Питание в туристическом походе	8	4	4	При составлении раскладки, в походе
1.5.	Подготовка к походу, тренировке, соревнованиям	9	3	6	
1.6.	Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	8	5	3	
1.7.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего	11	4	7	
1.8.	Соревнования по туризму, скалолазанию	12	6	6	Результаты
<b>2.</b>	<b>Топография и ориентирование</b>				
2.1.	Основы техники и тактики ориентирования	11	5	6	На тренировке, соревнованиях, в походе
2.2.	Спортивная и топографическая карта	13	5	8	
2.3.	Условные топографические знаки, используемые в картах.	7	3	4	Дидактический материал, тесты
2.4.	Подготовка к соревнованиям по ориентированию	3		3	результаты
2.5.	Соревнования по	8	4	4	Результаты

	ориентированию				
<b>3.</b>	<b>Краеведение и экология</b>				
3.1.	Подготовка к краеведческим, экологическим играм, работа с различными источниками, подбор материала по предстоящему походу, посещение музеев.	8	5	3	Участие в играх
<b>4.</b>	<b>Повторение и обобщение</b>	8	8		
	Итого за период обучения:	136	66	70	

Количество часов			
Класс	3-4	5-9	10-11
<b>В неделю</b>	1	2	1
<b>За год</b>	34	68	34
<b>Итого</b>	136		

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2024-2025 учебный год

#### Продолжительность учебных занятий по четвертям в учебных неделях

Четверть	Дата начала	Дата окончания	Количество учебных недель
1 четверть	01.09.24	28.10.24	8
2 четверть	05.11.24	30.12.24	8
3 четверть	13.01.25	24.03.25	10
4 четверть	31.03.25	31.05.25	8

#### Продолжительность каникул

Период	Дата начала	Дата окончания
Осенние каникулы	28.10.24	04.11.24
Зимние каникулы	30.12.24	12.01.25
Весенние каникулы	24.03.25	30.03.25

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - «ГУРИЯ», ЗУГДИДИ, 1992.
2. Балабанов И.В. Узлы. – М., ЦДЮТ ур РФ, 2003.
3. Ильин А. Первые действия в экстремальной ситуации. – М., ЭКСМО – Пресс, 2002.
4. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002.
5. Лебедева Г.М., Торопов С.А., Долматов Ю.Г., Свинин С.П. Рюкзачок: Напутствие туристу-новичку. – Пермь, 1983.

6. Новиков А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии: учебное пособие. – М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002.
7. Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: практическое пособие. – М., АРКТИ, 2001.

### **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Дидактические материалы:**

1. Видеоматериалы
2. Тематическая литература.
3. DVD-записи спортивных игр соревнований, методически разработанные.

**Требования техники безопасности.** В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по спортивному туризму, при проведении спортивных соревнований.

#### **Материально-техническое оснащение**

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы необходимы:

1. Кабинет для проведения теоретических занятий.
2. Спортплощадка.
3. Спортзал.
4. Туристические страховочные обвязки верхние – 5 штук
5. Туристические страховочные обвязки нижние – 5 штук
6. Штормовки
7. Репшнуры.
8. Туристические палатки – 3 штуки
9. Костровое оборудование.
10. Рюкзак – 1 шт
11. Туристическая посуда.
12. Компасы – 5 шт.
13. Карабины 10 штук.
14. Веревка (D 10 мм) - 100 м
15. Веревка (D 6 мм) – 20 м

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	№ п/п	Наименование разделов и тем	Объём часов	Форма занятия	Форма аттестации (контроля)
1	1	<b>Знакомство с работой кружка. Правила поведения и техника безопасности во время занятий</b>	1		
2	1	<b>Личное и групповое туристическое снаряжение</b>	1		
3	2	Требования к туристическому снаряжению	1		
4	3	Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода.	1		
5	4	Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке. Сушка одежды и обуви в походе.	1		
6	5	Конструкция чехлов для топора, пилы	1		
7	6	Конструкция бахил летних и зимних. Материалы для их изготовления	1		
8	7	Назначение и применение снаряжения: аптечки, ремнабора, кострового оборудования.	1		
9	8	Снаряжение лыжника: требования к групповому и личному снаряжению, утеплению одежды к зимним походам, выбор лыж и креплений	1		
10	9	Изготовление необходимого туристского снаряжения: сидухек, бахил.	1		
11	10	Составление ремнабора, аптечки, укладка рюкзака.	1		
12	1	<b>Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.</b>	1		
13	2	Требования к месту бивака: наличие воды, дров, безопасность, комфортность.	1		
14	3	Установка палатки в различных условиях.	1		
15	4	Типы костров и их назначение.	1		
16	5	Хранение кухонных принадлежностей, топора, пилы.	1		
17	6	Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды.	1		
18	7	Распределение временных должностей и их работы.	1		
19	8	Правила и Т.Б. при заготовке дров.	1		
20	9	Узлы, их применение для обеспечения безопасности в походе.	1		
21	10	Назначение и техника вязки узлов.	1		
22	11	Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря.	1		
23	12	Установка палаток в различных условиях.	1		

24	13	Заготовка дров – работа с пилой и топором. Разведение различных типов костров.	1		
25	14	Вязка узлов.	1		
26	15	Узлы: двойной проводник, восьмерка, стремя, прусик, удавка,булинь, ткацкий, академический, прямой, проводник. (Вязание узлов по их назначению. )	1		
27	16	Узлы: схватывающий, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый. Отработка навыков завязывания туристских узлов (Вязание узлов по их назначению.	1		
28	17	Узлы: булинь, ткацкий, академический, схватывающий, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый. (Вязание узлов по их назначению. )	1		
29	18	Отработка навыков завязывания туристских узлов. (Вязание узлов по их назначению. )	1		
30	19	Закрепление изученного материала (Вязание узлов по их назначению. )	1		
31	1	<b>Питание в туристском походе.</b>	1		
32	2	Требования к подбору продуктов питания и составление меню.	1		
33	3	Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на весь поход.	1		
34	4	Подготовка продуктов к транспортировке и хранению в походных условиях. Режим питания в походе.	1		
35	5	Кухонный инвентарь.Приготовление пищи на костре в любых условиях. Правила Т.Б. при приготовлении пищи на костре.	1		
36	6	Составление меню и списка продуктов для 1 – 2-х дневного походов, графика дежурств.	1		
37	7	Упаковка и расфасовка продуктов. Приготовление пищи на костре.	1		
38	8	Туристический поход	1		
39	1	<b>Подготовка к походу, тренировке, соревнованиям.</b>	1		
40	2	План подготовки похода: цели похода, район похода, разработка маршрута.	1		
41	3	План подготовки похода:подбор карт, оформление маршрутного листа, распределение должностей в группе.	1		
42	4	План подготовки похода:составление перечня необходимого снаряжения в соответствии с назначенной должностью.	1		
43	5	Изучение сложных участков и пути их преодоления.	1		

44	6	Разработка маршрута похода.	1		
45	7	Составление списка индивидуального и группового снаряжения.	1		
46	8	Составление меню, заполнение маршрутных листов, отчетов о походе.	1		
47	9	Поход выходного дня.	1		
48	1	<b>Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.</b>	1		
49	2	Меры безопасности при движении в походе. Движение по лесу, через ручей, по пересеченной местности, по населенному пункту, по шоссе.	1		
50	3	Взаимопомощь при движении в походе. Функции ведущего и замыкающего.	1		
51	4	Наблюдение за погодой – одна из мер обеспечения безопасности.	1		
52	5	Правильное движение по пересеченной местности во время похода.	1		
53	6	Знакомство с приметами о изменениях погоды.	1		
54	7	Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног; упражнения на равновесие, подъем по крутым склонам оврагов, берегов ручьев.	1		
55	8	Лазание на сложность и на скорость.	1		
56	1	<b>Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего.</b>	1		
57	2	Предупреждение мозолей и потертостей; охлаждения и обморожения в зимнем походе, их предупреждение.	1		
58	3	Тепловой и солнечный удар летом, необходимая помощь при них.	1		
59	4	Травмы: кровотечения	1		
60	5	Травмы: ушибы.	1		
61	6	Травмы: переломы.	1		
62	7	Способы транспортировки пострадавшего.	1		
63	8	Изготовление транспортировочных средств.	1		
64	9	Разучивание приемов оказания первой помощи пострадавшему.	1		
65	10	Разучивание приемов оказания первой помощи пострадавшему.	1		
66	11	Правила и приемы наложения повязок.	1		
67	1	<b>Соревнования по туризму, скалолазанию.</b>	1		
68	2	Классификация соревнований. Положения о соревнованиях.	1		
69	3	Описание отдельных технических этапов и специальных заданий.	1		

70	4	Таблицы штрафов за ошибки и нарушения. Порядок определения результатов соревнований.	1		
71	5	Подготовка к соревнованиям.	1		
72	6	Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности.	1		
73	7	Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности.	1		
74	8	Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке.	1		
75	9	Подъем обычным шагом, способами «ёлочка», «лесенка».	1		
76	10	Торможение «плугом» и «полуплугом». Вынужденная остановка падением.	1		
77	11	Тропление лыжни на открытой местности и в лесу.	1		
78	12	Меры страховки и самозадержания	1		
79	1	<b>Основы техники и тактики ориентирования.</b>	1		
80	2	Развитие навыков чтения карты.	1		
81	3	Специальные упражнения для развития памяти, внимания, мышления	1		
82	4	Технические приемы и способы ориентирования	1		
83	5	Ориентирование на коротких этапах.	1		
84	6	Ориентирование с использованием линейных ориентиров.	1		
85	7	Выездные тренировки и соревнования на различных картах.	1		
86	8	Движение по азимуту по открытой и закрытой местности.	1		
87	9	Измерение расстояний на местности.	1		
88	10	Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова.	1		
89	11	Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.	1		
90	1	<b>Спортивная и топографическая карта.</b>	1		
91	2	Знакомство с планом и картой. Виды топографических карт и основные сведения о них.	1		
92	3	Спортивная карта, её масштаб, условные знаки.	1		
93	4	Карты с различными формами рельефа.	1		
94	5	Устройство компаса и его использование.	1		
95	6	Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов.	1		
96	7	Использование карты в походе. Ориентирование на местности.	1		
97	8	Топография. Условные обозначения,	1		

		используемые в картах.			
98	9	Ориентирование по плану станции, школы.	1		
99	10	Определение сторон горизонта с помощью компаса и по местным признакам.	1		
100	11	Решение топографических задач.	1		
101	12	Топографические диктанты.	1		
102	13	Работа с картами различного масштаба. Определение расстояний.	1		
103	1	<b>Условные топографические знаки.</b>	1		
104	2	Условные знаки, используемые на плане местности	1		
105	3	Условные знаки, используемые на спортивной карте	1		
106	4	Условные знаки, используемые на топографической карте	1		
107	5	Использование основных цветов на спортивной карте.	1		
108	6	Топографические диктанты; составление ребусов, писем с использованием топонимов	1		
109	7	Использование заданий по топографии в различных соревнованиях.	1		
110	1	<b>Подготовка к соревнованиям по ориентированию.</b>	1		
111	2	Работа с картами разного масштаба на чтение карты в шаге, легко бегом.	1		
112	3	Тренировки на местности, выездные тренировки по ориентированию	1		
113	1	<b>Соревнования по ориентированию.</b>	1		
114	2	Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.	1		
115	3	Соревнования по ориентированию в заданном направлении	1		
116	4	Соревнования по ориентированию по выбору	1		
117	5	Соревнования по ориентированию на маркированной трассе	1		
118	6	Заполнение карточек участника, правильная отметка на КП.	1		
119	7	Заполнение карточек участника, правильная отметка на КП, подсчет результатов соревнований	1		
120	8	Соревнования по ориентированию	1		
121	1	<b>Подготовка к краеведческим и экологическим играм.</b>	1		
122	2	Краеведение и экология.	1		
123	3	Знакомство с видами растений и животных, занесенных в Красную книгу Иркутской области.	1		

124	4	Разработка интересных маршрутов для проведения походов.	1		
125	5	Памятники истории и культуры.	1		
126	6	Работа с различными источниками о истории Иркутской области.	1		
127	7	Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю.	1		
128	8	Эколога – краеведческая игра	1		
129	1	<b>Повторение и обобщение.</b>	1		
130	2	Выбор места бивака. Самостоятельная работа по разворачиванию и свертыванию лагеря.	1		
131	3	Установка палаток в различных условиях.	1		
132	4	Заготовка дров – работа с пилой и топором. Разведение различных типов костров.	1		
133	5	Оказание первой помощи			
134	6	Вязка узлов.	1		
135	7	Туристический поход	1		
136	8	Итоговое мероприятие	1		