

**Учебный план  
рабочей программы туристско-краеведческой направленности направленности  
«Туристенок»  
(144 часа)**

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение, основной инструктаж по безопасности	6	2	4	Опрос
2.	Краеведение и основы экологии	24	8	16	Викторина
3.	Общая подготовка туриста, действия в экстремальных условиях	48	16	32	Викторина, практическая работа
4.	Пешеходный туризм	36	12	24	Викторина, практическая работа
5.	Лыжный туризм	36	12	24	Викторина, практическая работа
6.	Водный туризм	60	20	40	Викторина, практическая работа
7.	Основы походной медицины и оказания первой доврачебной медицинской помощи	8	4	12	Практический зачёт
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>72</b>	<b>144</b>	