

**Календарный учебный график**  
**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**туристско-краеведческой направленности**  
**«Спортивный туризм», 2-й год обучения (базовый уровень), 216 часов**

**Группа №4**

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	02.09.25	Введение	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
2.	04.09.25	Информация о работе объединения на период 2- го года обучения. Техника безопасности	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
3.	09.09.25	Мини поход	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
4.	11.09.25	Специальное снаряжение. Личное и командное снаряжение. Хранение, уход, транспортировка.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
5.	16.09.25	Изучение классификации дистанций на искусственном рельефе (в закрытых помещениях)	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
6.	18.09.25	Личное прохождение технических этапов	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
7.	23.09.25	Виды страховок (командное и самостраховка), Группы узлов, их назначение и применение на практике	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
8.	25.09.25	Отработка этапов: спуск, подъем, маятник и бревно	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
9.	30.09.25	Скалолазание. ОФП	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
10.	02.10.25	Виды страховки. Сопровождение. Командная страховка и сопровождение.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
11.	07.10.25	Отработка скорости на этапах: спуск, подъем, маятник и бревно	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
12.	09.10.25	Последовательность командных действий при работе на технических этапах	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
13.	14.10.25	Отработка этапов: спуск, подъем, маятник и бревно	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1

14.	16.10.25	Соревнования по миниориентированию Аптечка в походе	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
15.	21.10.25	Соревнования внутри группы	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
16.	23.10.25	Ус самостраховки. Опорные петли. Каска. Требования к ним. Хранение, уход и транспортировка.	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
17.	28.10.25	Маршрут похода, дневной километраж, график движения и отдыха в походе.	3	Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
18.	30.10.25	ОФП. Отработка скорости работы на этапе: переправа вброд с организацией, самостраховки, сопровождения.	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
19.	06.11.25	Работа в связках. Возможные ошибки и нарушения.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
20.	11.11.25	Виды страховок (командное и самостраховка)	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
21.	13.11.25	Траверс склона с организацией и снятием перил	3	Беседа, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
22.	18.11.25	Соревнования внутри группы	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
23.	20.11.25	Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъёмов.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
24.	25.11.25	Соревнования внутри группы	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
25.	27.11.25	Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъёмов.	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
26.	02.12.25	Работа в связках. Возможные ошибки и нарушения.	3	Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
27.	04.12.25	Виды страховок (командное и самостраховка)	3	Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
28.	09.12.25	Траверс склона с организацией и снятием перил	3	Беседа, Тест	МОУ Павловская СОШ здание №1

29.	11.12.25	Технические этапы 3.4 класса: - переправа по бревну с организацией самостраховки, сопровождения.  - переправа по параллельным перилам с организацией самостраховки, сопровождения.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
30.	16.12.25	Беговая подготовка: Стартовые рывки с места, пробегание отрезков 40, 60 метров, ускорение из различных исходных положений. Кросс 500-2000 метров по пересеченной местности.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
31.	18.12.25	Траверс склона с организацией и снятием перил	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
32.	23.12.25	Компас. Спортивная карта.	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
33.	25.12.25	Соревнования «Миниориентирование»	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
34.	30.12.25	Изучение и прохождение технических этапов 4.5 класса	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
35.	13.01.26	ОФП. Изучение правил соревнований спортивного туризма. Старт, финиш, базовая система оценки нарушений.	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
36.	15.01.26	ОФП. Скалолазание.	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
37.	20.01.26	переправа вброд с восстановлением перил.  переправа по бревну с организацией и снятием перил.  переправа по параллельным перилам с восстановлением перил.	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
38.	22.01.26	ОФП	3	Беседа	МОУ Павловская СОШ здание №1
39.	27.01.26	Соревнования внутри группы	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
40.	29.01.26	Последовательность командных действий при работе на технических этапах	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1

41.	03.02.26	Отработка этапов: спуск, подъем, маятник и бревно	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
42.	05.02.26	Постановка дистанций в природной среде, технические приёмы	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
43.	10.02.26	Изучение и прохождение технических этапов 3 класса	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
44.	12.02.26	ОФП. Изучение правил соревнований спортивного туризма. Старт, финиш, базовая система оценки нарушений.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
45.	17.02.26	ОФП. Скалолазание.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
46.	19.02.26	переправа вброд с восстановлением перил. переправа по бревну с организацией и снятием перил. переправа по параллельным перилам с восстановлением перил.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
47.	24.02.26	ОФП	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
48.	26.02.26	Соревнования внутри группы	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
49.	03.03.26	Мини поход	3	Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
50.	05.03.26	Маршрут похода, дневной километраж, график движения и отдыха в походе.	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
51.	10.03.26	ОФП. Отработка скорости работы на этапе: переправа вброд с организацией, самостраховки, сопровождения.	3	Мини соревнования	МОУ Павловская СОШ здание №1
52.	12.03.26	Работа в связках. Возможные ошибки и нарушения.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
53.	17.03.26	Работа в связках. Возможные ошибки и нарушения.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №2
54.	19.03.26	Виды страховок (командное и самостраховка)	3	Беседа, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
55.	24.03.26	Траверс склона с организацией и снятием перил	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1

56.	26.03.26	Соревнования внутри группы	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
57.	31.03.26	Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъёмов.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
58.	02.04.26	Первая медицинская помощь в походе при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении	3	Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
59.	07.04.26	- переправа вброд, самостраховка.  - переправа по бревну, самостраховка.  - переправа по параллельным перилам, самостраховка.	3	Беседа, Игра, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
60.	09.04.26	Соревнования внутри группы	3	Беседа, Тест	МОУ Павловская СОШ здание №1
61.	14.04.26	Последовательность командных действий при работе на технических этапах	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
62.	16.04.26	Отработка этапов: спуск, подъем, маятник и бревно	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
63.	21.04.26	ОФП. Скалолазание.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
64.	23.04.26	ОФП. Скалолазание.	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
65.	28.04.26	ОФП. Скалолазание.	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
66.	30.04.26	ОФП. Скалолазание.	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
67.	05.05.26	ОФП. Скалолазание.	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
68.	07.05.26	Соревнования «Миниориентирование»	3	Тест,Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
69.	12.05.26	Соревнования «Миниориентирование»	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1
70.	14.05.25	Выполнение контрольных нормативов.	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1

71.	19.05.26	Итоговые соревнования внутри группы	3	Тест, Зачет	МОУ Павловская СОШ здание №1
72.	21.05.26	Зачетный поход	3	Беседа, Игра	МОУ Павловская СОШ здание №1