

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания»
(МБУДО «ЦДЮТ и ПВ»)

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
от 30. 08. 2024г.
протокол № 19

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 30.08.2024г. № 66-а
Директор МБУДО «ЦДЮТ и ПВ»
_____ А.В. Степанов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2024 – 2025 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
«Спортивный туризм»

Форма реализации программы – очная;

Год обучения – 3-ый год обучения;

Номер группы –1

Возраст обучающихся – 10-15 лет.

Разработал: **Ефимов А. В.**
педагог дополнительного образования

ФИО педагога, разработавшего дополнительную общеразвивающую

программу: **Ефимов Александр Викторович**

ФИО педагога, реализующего дополнительную

общеразвивающую программу: **Ефимов Александр Викторович**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы	Туристско-краеведческая
Вид дополнительной общеразвивающей программы	модифицированная
Уровень дополнительной общеразвивающей программы	основное общее образование
<p>Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной общеразвивающей программе: особенности реализации, содержания, подготовка к соревнованиям «Школа безопасности», знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация тематических программ, проектов, причин замены тем по сравнению с дополнительной общеразвивающей программой и т.д.). Изменения, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части дополнительной общеразвивающей программы,</p>	<p>В текущем году практический материал, взятый мною, может варьироваться с учетом условий его использования. Учебный материал концентрируется вокруг разделов, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. И главное, на что я нацелен в этом году - это приобщение к туристской деятельности и приобретению навыков юного туриста, навыков самостоятельной деятельности и самовыражению всех детей — не только способных и одаренных, но и тех, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них таких занятий, в которых проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы.</p> <p>При наборе детей в объединение буду обращать особое внимание на наличие желания заниматься туризмом, а также проводить проверку профессиональных спортивных данных детей.</p> <p>Особенность обучения в текущем году заключается в поиске новых импровизационных туристских форм.</p>
Особенности организации образовательной	При разработке программного материала для

<p>деятельности по дополнительной общеразвивающей программе с указанием:</p> <ul style="list-style-type: none"> - количества учебных часов по программе; - количества учебных часов согласно расписанию; - информации об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) с указанием причин и целесообразности изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы. 	<p>занятий использовались санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке для детей школьного возраста в организованных формах обучения».</p> <p>Количество учебных часов по программе первого года обучения составляет 324 часа.</p> <p>В рабочие дни, совпадающие с праздничными календарными праздниками, а именно Новогодние праздники, 8 Марта, 23 Февраля, майские праздники происходит уплотнение часов по следующим разделам «Подготовка и проведение походов».</p>
<p>Задачи на текущий учебный год для объединения «Пешеходный туризм»</p>	<p>Задачи:</p> <p style="text-align: right;"><i>Оздоровительные</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей; - совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям; - формирование и укрепление всех групп мышц <p><i>Образовательные:</i></p> <p style="padding-left: 20px;"><i>научить</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться по местным предметам и компасу; - преодолевать препятствия туристской дистанции; - применять и вязать основные туристские узлы; - оказать первую доврачебную помощь; - выполнять различные физические упражнения; - соблюдать технику безопасности при организации быта в походах и экспедициях; <p><i>познакомить:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - с разнообразными практическими навыками по

основам туризма, ориентирования;

- с жизненно важными умениями и навыками, необходимыми для поведения в экстремальных ситуациях;

привить:

- стремление к активному и содержательному проведению свободного времени;

- устойчивый интерес к занятиям туризмом;

сформировать:

- основные туристские навыки;

- навыки работы в команде;

- умения грамотно подходить к решению возникающих проблем, как в обычной жизни, так и при возникновении непредвиденных ситуаций;

- развитие познавательных, физических, нравственных способностей учащихся;

Воспитательные:

воспитать

- чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;

- волевые качества: целеустремленность, настойчивость, инициативу;

- потребность в здоровом образе жизни;

- ответственность за свою деятельность

Развивающие:

развить

- личностный потенциал ребенка;

- стремление к правильному физическому развитию

	<p>учащихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень социального и профессионального самоопределения творческой самореализации личности; - коммуникативную компетентность в общении <p>Исходя из поставленных целей и задач, спрогнозированных результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной общеразвивающей программы: педагогические собеседования и наблюдения, участие в соревнованиях, использование методов специальной диагностики, тестирования; беседы с детьми и их родителями</p>
<p>Режим занятий в текущем учебном году (указать продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием выбора варианта, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа)</p>	<p>Режим занятий: три раза в неделю – 2, 2 и 3 часа. Один раз в месяц запланирован поход выходного дня – 8 часов. Общее количество учебных занятий в год – 324 часа. Между занятиями предусмотрены 10-минутные перемены.</p>
<p>Формы занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен выбор конкретных форм учебных занятий)</p>	<p>Формой осуществления образовательного процесса является учебная группа, с постоянным составом, составленная по возрастному принципу (дети от 10 до 15 лет).</p> <p>В содержание занятий включаются следующие формы работы: работа в группах, самостоятельная работа, и такие виды деятельности как, познавательная, исполнительская, творческая, интеллектуальная. Каждое занятие проводится по единой лексической теме.</p> <p>Обязательными условиями проведения занятий являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> – смена видов деятельности; – положительная оценка личных достижений каждого обучающегося.
<p>Ожидаемые результаты и способы их оценки в</p>	<p>Ожидаемые результаты в текущем учебном году :</p>

текущем учебном году, результаты и способы измерения результатов для текущего года обучения, форма проведения промежуточной и итоговой аттестации

К концу третьего года обучения дети должны знать:

Иметь представление:

- о планах, целях и задачах на новый учебный год;
- об истории развития туристско-краеведческого движения в России;
- об историческом краеведении, его основных источниках, поисково-исследовательском характере;
- о фондах и экспозициях музеев, как источнике изучения родного края;
- о древнейшей истории края, об истории края в период XIV – XX вв.;
- о задачах, организации, судейской коллегии, участниках туристских слетов и соревнований, медицинском обеспечении, видов туристских соревнований, особенностях их проведения, мерах безопасности;

Должны знать:

- применение узлов: встречная восьмерка, встречный, схватывающие, булинь, проводник, двойной, проводник, брамшкотовый;
- организацию питания в походе;
- требования к установке бивака;
- технику и тактику преодоления препятствий в походе;
- правила вида сорта «спортивный туризм»;
- основные приемы оказания первой доврачебной помощи;
- историю и природу тульского края

Должны уметь:

- проходить пешеходную дистанцию по спортивному туризму;
- вязать туристские узлы;
- выполнять физические упражнения;
- составить походное меню;
- организовать бивак;
- преодолевать природные препятствия в походе;
- ориентироваться на местности;
- проходить дистанцию на местности (спортивное ориентирование);
- выживать в форс-мажорных обстоятельствах

Будут воспитаны следующие качества:

- чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;
- потребность в здоровом образе жизни;
- уважение к педагогу;

Будут сформированы:

- основные навыки работы в команде;
- основные туристские навыки;
- навыки культуры поведения;

Будут развиты:

- стремление к правильному физическому развитию;
- навыки работы с туристским снаряжением;
- коммуникативная компетентность в общении со сверстниками и педагогом;

Результаты контроля могут быть основанием для корректировки программы и поощрения обучающихся.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы: соревнования, походы выходного дня, открытое занятие для родителей и др. После изучения каждой темы и в конце полугодий

проводится промежуточная или итоговая аттестация учащихся с использованием критериев оценки знаний, умений, навыков.

Контроль знаний и умений учащихся проводится по результатам диагностики 2 раза в год. Также для подведения результатов работы проводятся в середине и конце учебного года открытые занятия и мероприятия для родителей.

Календарный учебный график
Объединение «Спортивный туризм»
 Преподаватель **Ефимов Александр Викторович**

1 группа (3-ий год обучения)

№ п/п	Дата	К-во часов	Тема и подтемы	Место проведения
1.	1.09	8	Участие в пешеходном походе выходного дня «По Толстовской тропе».	На местности
2.	3.09	1 1	Знакомство с учебной программой. Разрядные требования и судейские категории в спортивном туризме. Профориентация. Альпиндустрия (высотные работы). Туриנדустрия (проводники, гиды в туризме).	Спортивный зал
3.	5.09	1 1	Краеведческие и географические объекты Тульской области в маршрутах видов туризма. Регламент вида спорта «Спортивный туризм»	Спортивный зал
4.	7.09	3	Эстафеты с использованием туристического снаряжения, туристических этапов.	На местности
5.	10.09	1 1	Упражнения на координацию движений. Дисциплина - дистанции по видам туризма. Дисциплина – дистанция - велосипедная.	На местности
6.	12.09	1 1	Дисциплина – дистанция - пешеходная. Туристические узлы, применяемые при организации перилл.	На местности
7.	14.09	3	Круговая тренировка.	На местности
8.	17.09	1 1	Переправа первого участника по бревну. Должности в походе. Ведение дневника похода	На местности
9.	19.09	1 1	Организация и снятие перил. Подъем с самостраховкой по перилам (по склону).	На местности
10	21.09	1 2	Разработка и планирование степенного велосипедного маршрута по Тульской области. Преодоления локальных и протяженных препятствий в велосипедном походе	На местности
11	24.09	1 1	Спуск с самостраховкой по перилам (по склону). Переправа методом «вертикальный маятник».	На местности
12	26.09	1 1	Спуск, подъем спортивным способом. Разработка и планирование степенного пешеходного маршрута по Тульской области.	Спортивный зал
13	28.09	1 2	Техника безопасности при занятиях на полигонах, выездах, экскурсиях, соревнования, в походах. Беговые упражнения на скорость и координацию.	
14	1.10	1 1	Снаряжения для походов высокой категории сложности. Принцип выбора снаряжения. Переправа по бревну методом «горизонтальный маятник».	Спортивный зал
15	3.10	1 1	Траверс склона по перилам Правила безопасности в городе.	На местности
16	5.10	2 1	Правила вида спорта - спортивный туризм (от 22 апреля 2021 г. № 255). Группа дисциплин – маршруты. Прохождение элементов дистанции велосипедной.	Спортивный зал
17	6.10	8	Участие в велосипедном походе выходного дня «По Толстовской тропе»	На местности
18	8.10	1 1	Здоровьесберегающие технологии. Основные принципы индивидуальных занятий Подъем по стенду с зацепами с верхней командной страховкой.	Спортивный зал

19	10.10	1 1	Административно-территориальное устройство Тульской области Ремкомплект в походе по видам туризма. Ремонт снаряжения и оборудования в походе..	Спортивный зал
20	15.10	2 1	Снаряжение для оборудования ночлега на маршруте. Основные принципы при выборе места ночлега на маршруте. Командное прохождение этапа переправа по бревну с командной веревкой сопровождения	Спортивный зал
21	17.10	1 1	Траверс склона первым участником. Виды спортивного ориентирования. Чтение карты, работа с компасом и картой во время передвижения на дистанции ориентирования.	Спортивный зал
22	19.10	2 1	Подготовка группы к маршруту. Подготовка маршрутных документов Упражнения общей физической подготовки.	Спортивный зал
23	22.10	1 1	Прохождение спуска, подъема с использованием альпенштока, ледоруба Командное прохождение этапа переправа по бревну с судейской веревкой сопровождения.	Спортивный зал
24	24.10	1 1	Требования и техника работы со страховочной веревкой. Движение по навесной переправе.	Спортивный зал
25	26.10	1 1 1	Подготовка дистанции пешеходной в закрытых помещениях. Транспортировка и бухтование веревки. Параметры и характеристики дистанций.	Спортивный зал
26	29.10	1 1	Виды карт. Карты для маршрутов. Принцип работы с компасом и картой. Виды рюкзаков. Выбор рюкзака. Виды спальных мешков, трапиков. Одежда и специальное личное снаряжение.	Спортивный зал
27	31.10	2	Организация и снятие перил в блоке этапов.	Спортивный зал
28	2.11	3	Групповое снаряжение	Спортивный зал
29	3.11	8	Поход в Яснополянский лесной массив.	На местности
30	5.11	1 1	Подъем по перилам (по склону) с самостраховкой. Спуск по перилам (по склону) с самостраховкой.	Спортивный зал
31	7.11	1 1	Подъем по перилам (по склону) с верхней командной страховкой Спуск по перилам (по склону) с верхней командной страховкой	Спортивный зал
32	9.11	2 1	Прохождение этапов с организацией вертикальных перилл. Подготовка перилл для прохождения этапов спуск с самонаведением	Спортивный зал
33	12.11	1 1	Спуск с организацией вертикальных перил по скалодрому Спуск с организацией вертикальных перил в блоке этапов	Спортивный зал
34	14.11	1 1 1	Техника прохождения блока этапов «подъем по стенду с зацепами», «спуск по вертикальным перилам» в связке. Спуск по стенду с зацепами с верхней командной страховкой. Техника прохождения этапа спуск по наклонной навесной переправе с остановкой в безопасной зоне.	Спортивный зал

35	16.11	2 1	Техника прохождения блока этапов «подъем по наклонной навесной переправе», «спуск по вертикальным перилам» в связке Техника прохождения блока этапов «подъем по вертикальным перилам», «спуск по наклонной навесной переправе»	Спортивный зал
36	19.11	1 1	Ориентирование по спортивной карте. Знаки спортивных карт. Топографические знаки карт.	Спортивный зал
37	21.11	1 1	Организация и снятие перил в блоке этапов «Наклонная навесная вверх-спуск дюльфером». Техника прохождения блока этапов «подъем по вертикальным перилам», «спуск по наклонной навесной переправе» в связке.	Спортивный зал
38	23.11	1 2	Круговая тренировка с элементами туристических этапов. Подъем по наклонной навесной переправе, скоростное прохождение.	Спортивный зал
39	26.11	1 1	Круговая тренировка с использованием туристического снаряжения. Беговые упражнения. 6-и минутный бег.	Спортивный зал
40	28.11	1 1 1	Применение полиспаста при натяжении перил. Применение полиспаста при транспортировке пострадавшего Туристические узлы, применяемые при транспортировке пострадавшего	Спортивный зал
41	30.11	1 2	Интервальные тренировки с элементами туристического снаряжения. Командное прохождение этапа переправа по бревну с наведением и снятием перил.	Спортивный зал
42	1.12	8	Участие в походе выходного дня «По туристской тропе».	На местности
43	3.12	1 1	Подъем по склону с нижней командной страховкой. Техника прохождения этапа спуск по наклонной навесной переправе с остановкой в безопасной зоне.	Спортивный зал
44	5.12	1 1	Подъем по наклонной навесной переправе, скоростное прохождение. Прохождение этапа навесная переправа с восстановлением перил.	
45	7.12	3	Эстафеты с использованием туристического снаряжения, туристических этапов.	Спортивный зал
46	12.12	1 1	Командное прохождение этапа переправа по бревну с командной веревкой сопровождения. Переправа по перилам вброд, по бревну, по параллельным перилам.	Спортивный зал
47	14.12	1 1 1	Техника безопасности при занятиях на полигонах, выездах, экскурсиях, соревнования, в походах. Траверс склона по перилам Переправа по бревну методом «горизонтальный маятник».	Спортивный зал
48	17.12	1 1	Требования и техника работы со страховочной веревкой. Траверс склона первым участником.	Спортивный зал
49	19.12	1 1	Прохождение этапа «Траверс» командой, связками Требования и техника работы с веревкой	Спортивный зал

			сопровождения	
50	21.12	2 1	Спуск по перилам (по склону) с верхней командной страховкой Подъем по стенду с зацепами с верхней командной страховкой.	Спортивный зал
51	24.12	1 1	Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовки. Транспортировка лыжного инвентаря. Помощь в судействе туристических соревнований.	На местности
52	26.12	1 1	Техника попеременных лыжных ходов. Техника повороты переступанием, упором.	На местности
53	28.12	3	Кроссовая подготовка, дистанция 3-5 км.	На местности
54	31.12	1 1	Техника прохождения лыжной дистанции. Переправа первого участника на этапе тонкий лед (снежный мост).	На местности
55	9.01	1 1	Техника попеременных лыжных ходов. Техника подъема в гору. Техника спуска с горы.	На местности
56	11.01	1 1	Командное прохождение этапа тонкий лед (снежный мост) с судейской веревкой сопровождения. Командное прохождение этапа тонкий лед (снежный мост) с командной веревкой сопровождения	На местности
57	14.01	1 2	Техника безопасности при работе с топором, пилой, и др. колюще-режущими предметами. Техника повороты переступанием, упором.	На местности
58	16.01	1 1	Ремонт и обслуживание лыжного инвентаря.. Командное прохождение этапа тонкий лед (снежный мост) с наведением и снятием перил.	На местности
59	18.01	1 2	Дистанция ориентирования по заданному направлению. Работа с картой на маршруте. Азимут, движение по азимуту.	На местности
60	21.01	1 1	Ориентирование по спортивной карте. Знаки спортивных карт. Виды спортивного ориентирования. Чтение карты, работа с компасом и картой во время передвижения на дистанции ориентирования.	Спортивный зал
61	23.01	1 1	Здоровьесберегающие технологии. Основные принципы индивидуальных занятий. Беговые упражнения. Кроссовая подготовка.	Спортивный зал
62	25.01	1 1 1	Круговая тренировка с элементами туристических этапов. Упражнения на развитие силовых качеств. Упражнения на координацию движений.	Спортивный зал
63	28.01	1 1	Баскетбол. Упрощенные правила игры в баскетбол. Техника ведения и передачи мяча. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Спортивный зал
64	30.01	1 1	Беговые виды в лёгкой атлетике. Техника разминки. Беговые упражнения. Интервальные тренировки.	Спортивный зал
65	1.02	3	Организация судейства туристических соревнований.	Спортивный зал
66	2.02	8	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.	На местности
67	4.02	1 1	Параметры и характеристики пешеходной дистанций. Этапы 1 и 2 класса дистанций. Техника передвижения при организации и прохождении переправ через водные препятствия.	Спортивный зал
68	6.02	1 1	Достопримечательности города Тулы. Картографический материал. Ориентирование по	Спортивный зал

			топографической карте	
69	8.02	3	Интервальные тренировки с элементами туристического снаряжения.	Спортивный зал
70	11.02	1	Техника прохождения блока этапов «подъем по наклонной навесной переправе», «спуск по вертикальным перилам».	Спортивный зал
		1	Техника прохождения блока этапов «подъем по вертикальным перилам», «спуск по наклонной навесной переправе».	
71	13.02	1	Беговые упражнения на скорость и координацию.	Спортивный зал
		1	Волейбол. Правила игры. Техника приема и передачи мяча	
72	15.02	3	Волейбол. Правила игры. Техника приема и передачи мяча	Спортивный зал
73	18.02	1	Техника прохождения блока этапов «подъем по наклонной навесной переправе», «спуск по вертикальным перилам» в связке.	Спортивный зал
		1	Техника прохождения блока этапов «подъем по вертикальным перилам», «спуск по наклонной навесной переправе» в связке.	
74	20.02	1	Командное прохождение этапа навесная переправа с командной веревкой сопровождения.	Спортивный зал
		1	Командное прохождение этапа навесная переправа с судейской веревкой сопровождения.	
75	22.02	1	Спуск по наклонной навесной переправе, скоростное прохождение	Спортивный зал
		1	Спуск с организацией вертикальных перил по скалодрому.	
		1	Спуск с организацией вертикальных перил в блоке этапов	
76	25.02	1	Алгоритм действий группы при аварийной ситуации на маршруте.	Спортивный зал
		1	Параметры и характеристики дистанций.	
77	27.02	1	Транспортировка и бухтование веревки.	Спортивный зал
		1	Движение по навесной переправе.	
78	1.03	2	Нижняя командная страховка.	Спортивный зал
		1	Командное прохождение этапа переправа вброд с командной веревкой сопровождения.	
79	2.03	8	Участие в походе выходного по Тульским засекам.	На местности
80	4.03	2	Мини-футбол. Правила игры в мини-футбол. Техника владения мячом.	Спортивный зал
		1	Командное прохождение этапа навесная переправа с наведением и снятием перил.	
81	6.03	1	Командное прохождение этапа переправа вброд с судейской веревкой сопровождения.	Спортивный зал
		1	Командное прохождение этапа переправа вброд с наведением и снятием перил.	
82	11.03	1	Переправа первого участника по бревну.	Спортивный зал
		1	Командное прохождение этапа переправа по бревну с судейской веревкой сопровождения	
83	13.03	1	Подъем с самостраховкой по перилам (по склону).	Спортивный зал
		1	Спуск с самостраховкой по перилам (по склону).	
84	15.03	1	Техника прохождения блока этапов «подъем по стенду с зацепами», «спуск по вертикальным перилам».	Спортивный зал
		1	Техника прохождения блока этапов «подъем по стенду с зацепами», «спуск по вертикальным перилам» в	

		1	связке. Подъем по перилам (по склону) с верхней командной страховкой.	
85	18.03	1 1	Командное прохождение этапа переправа вброд с командной веревкой сопровождения. Упражнения специальной физической подготовки.	Спортивный зал
86	20.03	1 1	Силовые упражнения на гимнастических снарядах. Беговые упражнения. Бег с препятствиями.	Спортивный зал
87	22.03	3	Упражнения общей физической подготовки.	Спортивный зал
88	25.03	2	Учебная игра в мини-футбол.	Спортивный зал
89	27.03	2	Учебная игра в волейбол	
90	29.03	1 2	Подготовка группы к маршруту. Подготовка маршрутных документов. Использование снаряжения при преодолении локальных и протяженных препятствий в пешеходном походе.	Спортивный зал
91	1.04	2 1	Учебная игра в мини-футбол. Учебная игра в волейбол	На местности
92	3.04	1 1	Топографические знаки карт. Планирование по карте маршрута (дни, километраж, стоянки, ночевки).	Спортивный зал
93	5.04	1 2	Правила дорожного движения. Техника безопасности при использовании велосипеда. Виды велосипедов. Техническое обслуживание и мелкий ремонт велосипеда в походе.	Спортивный зал
94	6.04	8	Поход в лесной массив Скуратовских поселков «Экологическая тропа».	На местности
95	8.04	1 1	Виды рюкзаков. Выбор рюкзака. Виды спальных мешков, трапиков. Одежда и специальное личное снаряжение. Раскладка продуктов питания. Транспортировка и хранение продуктов в походе. Калорийность продуктов.	Спортивный зал
96	10.04	1 1	Учебная игра в пионербол (волейбол). Техника приема и передачи мяча. Работа с навигатором. Передача информации.	Спортивный зал
97	12.04	2 1	Средства связи в походе. Использование смартфонов в походных условиях. График передвижения в пешеходном походе по маршруту.	Спортивный зал
98	15.04	2	Использование снаряжения при преодолении локальных и протяженных препятствий в пешеходном походе.	Спортивный зал
99	17.04	2	Преодоление локальных и протяженных препятствий в велосипедном походе	Спортивный зал
10	19.04	3	Методика судейства пешеходной дистанции 2,3 класса.	Спортивный зал
10	22.04	2	Техника передвижения в пешеходном походе по маршруту в зависимости от рельефа местности.	Спортивный зал
10	24.04	2	Техника передвижения в велосипедном походе по маршруту в зависимости от рельефа местности.	Спортивный зал
10	26.04	3	Планирование маршрута 1 категории сложности по Тульской области. Составление отчета о походе.	Спортивный зал
10	29.04	2	Правила вида спорта - спортивный туризм (от 22 апреля 2021 г. № 255). Группа дисциплин – маршруты	Спортивный зал
10	6.05	1	Достопримечательности Тульской области	Спортивный зал

		1	График передвижения в пешеходном походе по маршруту.	
10	8.05	2	Организация страховки при прохождении локальных препятствий в водном походе.	На местности
10	13.05	2	Техника передвижения в велосипедном походе по маршруту в зависимости от покрытия дорог, троп.	На местности
10	15.05	2	Техника передвижения при организации и прохождении переправ.	На местности
10	17.05	2	Техника передвижения при организации и прохождении спусков и подъемов.	На местности
		1	Техника передвижения при организации и прохождении переправ через водные препятствия	
11	20.05	1	Картографический материал. Ориентирование по топографической карте.	На местности
		1	Организация поисково-спасательных работ. Транспортировка пострадавшего в походных условиях.	
11	22.05	2	Помощь в судействе туристических соревнований.	На местности
11	24.05	2	Снаряжение для оборудования ночлега на маршруте. Основные принципы при выборе места ночлега на маршруте.	
		1	Беговые упражнения. 12-и минутный бег.	
11	27.05	1	Дисциплина – дистанция - водная.	На местности
		1	Помощь в судействе туристических соревнований.	
11	29.05	2	Соревнования на пешеходной дистанции 2,3 класса.	На местности
11	31.05	3	Подготовка пешеходной дистанции 2,3 класса. Прохождение дистанции 2,3 класса на время.	На местности