

№	Тема
СЕНТЯБРЬ	
1	Вводное занятие. Нормативы. План по выездам и сборам
Учебно-тренировочный выезд	
2	Планирование маршрута выходного дня
3	Раскладка на поход выходного дня
I отчётные сборы.	
ОКТЯБРЬ	
4	Нормы поведения; обязанности в группе.
5	Чтение карты. Топографические знаки. Генерализация
6	Категории пеших походов. Нормы по времени, длине, препятствиям. Планирование маршрута 1 категории
7	Тренинг на определение сложности пешего маршрута. Марш-броски и рогейны
I отчётный выезд. Марш-бросок 25 км	
НОЯБРЬ	
8	Чтение карты. Спортивные и топографические карты. План-схемы
II отчётный выезд. Городское ориентирование в Центральном районе	
9	<u>Зачет по топографическим картам</u>
10	Общая историко-географическая справка. СЗФО. Планирование пешего маршрута 2+
11	Раскладка на поход 14..25 дней
ДЕКАБРЬ	
12	Аптечка. Медпомощь
13	Основное снаряжение
14	Снаряжение (одежда, обувь, материалы)
15	Прочее снаряжение
ЯНВАРЬ	
III отчётный выезд. Зимний марш-бросок 20 км	
16	<u>Зачет по снаряге, аптечке, раскладке</u>
17	Горные походы. Специфика.
18	Горные районы РФ
ФЕВРАЛЬ	
19	Прокладка горного маршрута по Кольскому п-ову 1 к.с.
20	Методы снижения веса рюкзака. Доп. тренинг по горным маршрутам
21	Вулканизм и его природа. Специфика маршрутов по вулканическим районам.
22	Зачет по теории туризма
МАРТ	
23	<u>Пересдача зачёта</u>
IV отчётный выезд. Марш-бросок Кузнечное 15 км	
24	Техника навигации. GPS, Глонасс. Приложения
25	Тур.районирование Ленобласти. Разработка маршрутов на 9.05
АПРЕЛЬ	
26	Голосование по маршрутам
27	Технические приёмы. Переправы и др.водные преграды
28	Техника укладки рюкзака и снаряги в целом
29	День пересдач
МАЙ	
II отчётные сборы.	
30	Подведение итогов, раздача слонов и праздник с шариками