УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ПИЛИГРИМ»

Подготовительный уровень, 1 – 2 год обучения.

№	Содержание занятий	1 год обучения		2 год обучения	
		теория	практика	теория	практика
1	Введение. Правила ТБ.	2	0	1	0
2	Основы туристской подготовки	7	14	6	22
3	Топография и ориентирование	10	20	12	30
4	Краеведение	1	1	1	1
5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	6	16	6	20
6	Общая и специальная физическая подготовка	1	38	1	55
7	Специальная техническая подготовка	2	20	3	52
8	Контрольные упражнения и соревнования	0	6	0	6
Итого:		29	115	30	186
		144		216	

Уровень освоения, 3 – 6 год обучения.

№	Содержание занятий	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения	
		теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика
1	Правила техники безопасности	1	0	1	0	1	0	1	0
2	Основы туристской подготовки	6	18	5	15	4	15	2	10
3	Топография и ориентирование	10	33	10	35	10	40	10	40
4	Краеведение	2	2	2	2	1	1	3	1

5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	5	20	5	15	9	30	7	27
6	Общая и специальная физическая подготовка	1	58	1	62	1	106	1	114
7	Специальная техническая подготовка	0	52	0	55	0	97	0	100
8	Контрольные упражнения и соревнования	0	8	0	8	0	8	0	8
Итого**:**		25	191	24	192	26	298	24	300
		216		216		324		324	

Уровень совершенствования, 7 – 8 год обучения.

№	Содержание занятий	1 год обучения		2 год обучения	
		теория	практика	теория	практика
1	Правила техники безопасности	1	0	1	0
2	Основы туристской подготовки	2	17	2	18
3	Топография и ориентирование	10	45	10	47
4	Краеведение	3	1	3	1
5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	4	30	4	30
6	Общая и специальная физическая подготовка	0	123	0	186
7	Специальная техническая подготовка	0	186	0	227
8	Контрольные упражнения и соревнования	0	10	0	10
Итого:		20	412	20	520
		432		540	