

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

К модульной дополнительной общеразвивающей программе

«Прорыв: Компас и Мишень»

«Компас»

№	Наименование темы	Кол-во часов				Форма аттестации / контроля
		всего	теория	практика	При дистанц. обучении	
	Набор групп. Входящий контроль	1		1	1	Собеседование, тестирование
1	Основы туристской подготовки.	8	2	6	8	
2	Топография и ориентирование.	8	2	6	8	
3	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	5	0,5	4,5	5	
4	Основы техники пешеходного туризма.	6	2	4	6	
5	Краеведение, его роль в истории.	3	0,5	2,5	3	
6	Физическая подготовка.	3	-	3	3	
7	Промежуточная аттестация	2	-	2	2	контрольное занятие
	Итого часов:	36	7	36	36	

«Мишень»

№ п/п	Тема	Количество часов				Форма промежуточной аттестации / контроля
		всего	теория	практика	При дистанц. обучении	
	Организационная работа по набору и комплектованию групп	2	-	2	2	
1	Вводное занятие. Входящий контроль	2	1	1	2	Практическое тестирование
2	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб	2	2	-	2	
3	Сведения о строении и функции организма.	2	2	-	2	
4	Техника стрельбы. Тренировка.	10	2	8	10	
5	Правила проведения соревнований	2	2	-	2	

6	Общая физическая подготовка стрелка	6	2	4	6	
7	Специальная физическая подготовка	8	2	6	8	
8	Промежуточная аттестация	2	-	2	2	Практическое тестирование, Контрольные стрельбы
	Итого:	36	13	23	36	