

**ПРИЛОЖЕНИЕ**  
к Основной образовательной программе  
начального общего образования  
МБОУ г. Мурманска СОШ № 3  
на **2019-2024** г.г.  
(приказ от 31.08.2019 г. № \_\_\_\_\_/О)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
"ИСКАТЕЛЬ"**

**Спортивно-оздоровительное направление**

Уровень образования	Класс(ы)	Срок реализации программы	Количество часов в неделю	Количество часов в год	Общее количество часов по программе
Основное общее образование	5-9	5 лет	5 кл 1 ч.	5 кл 34 ч	170 ч.
			6 кл 1 ч.	6 кл 34 ч	
			7 кл 1 ч.	7 кл 34 ч	
			8 кл 1 ч.	8 кл 34 ч	
			9 кл 1 ч.	9 кл 34 ч	

Составитель:  
*Павуць Екатерина Владимировна,*  
учитель географии

г. Мурманск, 2019 г.

**Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности**  
**«ИСКАТЕЛЬ» 5-9 класс**  
(спортивно-оздоровительное направление)

Рабочая программа разработана в соответствии с:

1	Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 (в редакции приказов Минобрнауки России от 06.10.2009 г. № 373, в ред. приказов от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.12 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 № 1576)
2	Основной образовательной программы начального общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения г. Мурманска "Средняя общеобразовательная школа № 3" на 2019-2024 г.г.
1	.программа «Искатель», авторы П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.С. Сафронов, программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П. Савельевой

**Цель программы:** развитие личности школьника.

**Задачи программы:**

1. Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве:
  - умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности;
  - способности доброжелательно относиться к людям;
  - формирование социально адекватных способов поведения.
3. Формирование способности к организации деятельности и управлению ею:
  - воспитание целеустремленности и настойчивости;
  - формирование навыков организации рабочего пространства и рационального использования рабочего времени;
  - формирование умения самостоятельно и совместно планировать деятельность и сотрудничество;
  - формирование умения самостоятельно и совместно принимать решения.
4. Формирование умения работать с информацией (сбор, систематизация, хранение, использование).
5. Организация экскурсионного туризма и походов.

Формы освоения курса внеурочной деятельности: экскурсии, соревнования, игровые моменты, практические работы, творческие работы, наблюдения, самоанализ и самооценка, походы и др.

Программа внеурочной деятельности реализуется в рамках части учебного плана МБОУ г. Мурманска СОШ № 3, формируемого участниками образовательных отношений. Программа рассчитана на 170 часа (по 34 часа в неделю в 5-9х классах). Продолжительность занятия 45 минут (в период Поляной ночи – 40 минут). Форма проведения занятия – групповая. Количество обучающихся в группе – 15 – 25 человек.

## **1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### ***ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

1. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

### ***МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

#### **Регулятивные УУД**

**1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.**

**Обучающийся сможет:**

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

**2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.**

**Обучающийся сможет:**

- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

**3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.**

Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

**4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.**

**Обучающийся сможет:**

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;

**5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.**

**Обучающийся сможет:**

- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

### **Познавательные УУД**

**6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.**

**Обучающийся сможет:**

- выделять явление из общего ряда других явлений;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные/наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

**7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.**

**Обучающийся сможет:**

- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;

**8. Смысловое чтение.**

**Обучающийся сможет:**

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;

**9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:**

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;

**10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.**

**Обучающийся сможет:**

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями.

## **Коммуникативные УУД**

**11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.**

**Обучающийся сможет:**

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;

**12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.**

**Обучающийся сможет:**

- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т.д.);

- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;

### **13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ).**

#### **Обучающийся сможет:**

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание докладов, рефератов, создание презентаций и др.

## **2. Содержание внеурочной деятельности с указанием форм ее организации и видов деятельности**

<b>Название раздела программы</b>	<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности, форма</b>
<b>Введение</b>	Выявление имеющихся знаний по курсу. Безопасность - основное требование ко всем туристским путешествиям. Обязанности руководителя и участников по обеспечению безопасности. Основные причины возникновения опасных ситуаций в походе. Профилактическая работа по обеспечению безопасности похода. Сезонные изменения в природе. Задачи по сохранению природы. Синоптики в природе, они способны предсказывать изменения погоды. Оформление (рисование) живых барометров и составление краткой их характеристики. Предсказатели штормов, бурь или хорошей безоблачной погоды. Изменения в природе. Игры: «Колечко», «Найди колечко».	Познавательная Спортивно-оздоровительная досуговое общение;  Формы Занятие Беседы Дискуссии Игровые моменты
<b>Краеведение</b>	Стороны горизонта Расширение кругозора о животных и птицах, обитающих на Кольском полуострове. Разгадывание кроссвордов, угадать птицу по рисунку. Оформление (рисование) птиц Кольского полуострова. Изменения в живой и неживой природе. Приметы погоды: по ветру, по дыму от	Туристско-краеведческая Познавательная Спортивно-оздоровительная Досуговое общение

	<p>костра, по звуковым явлениям, по изменению. Насекомые Климатические особенности мурманской области</p>	<p>Формы: Занятия беседы</p>
<b>Спортивная подготовка</b>	<p>Физическая подготовка, подвижные игры Бег на дистанцию до 3000 км Занятия в спортивном зале на развитие различных групп мышц Подвижные игры Соревнования</p>	<p>Туристско-краеведческая Познавательная Спортивно-оздоровительная</p> <p>Формы: Занятия беседы</p>
<b>Экскурсионный туризм</b>	<p>Экскурсионный туризм, его виды. Этапы экскурсии. Знакомство и распознавание животных на рисунках и по следам. Изготовление гнезд для разных птиц. Выбор, размещение личных вещей в рюкзаке. Изучение и отбор экскурсионных объектов. Составление маршрута экскурсии Определение техники ведения экскурсии Проведение экскурсии. Оформление (рисование) выбранного маршрута, его краткая характеристика Способы ориентировки</p>	<p>Туристско-краеведческая Познавательная Спортивно-оздоровительная Досуговое общение</p> <p>Формы: Занятия беседы познавательные экскурсии</p>
<b>Походы</b>	<p>Предсказатели штормов, бурь или хорошей безоблачной погоды Северная, южная стороны. Изменения по таянию снега, по деревьям Знакомство со снаряжением. Уметь читать карту Узлы: прямой, восьмерка; их назначение, умение завязывать Закрепление узлов: прямого и восьмерки, схватывающий, практическое применение Определение объекта исследования, составление памятки: «Правила поведения на природе» Уметь ориентироваться по топографическим знакам Уметь обустроить свой походный быт, уметь готовить пищу, добывать огонь Умение проходить по непроходимым местам Правила поведения при вынужденной автономии Тренировка по оказанию первой медицинской помощи Аптечка Нормы питания. Походное меню и список продуктов. Подготовка продуктов к походу. Упаковка продуктов.</p>	<p>Туристско-краеведческая Познавательная Спортивно-оздоровительная Досуговое общение;</p> <p>Формы: Занятия беседы познавательные экскурсии походы</p>

### 3. Тематическое планирование

#### 1 год обучения (5 класс)

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Осенняя экскурсия	1	1	
2.	Экскурсия в СЮТ.	1		1
3.	Осенняя экскурсия. Игры на свежем воздухе.	1		1
4.	Живые барометры	4	2	2
5.	Экскурсия. Игры на свежем воздухе.	1		1
6.	Птицы Кольского полуострова	4	2	2
7.	Весенняя экскурсия. Спортивные игры на свежем воздухе.	1		1
8.	Экскурсия в музей	1		1
9.	Животные Кольского полуострова	3	3	
10.	Зимняя экскурсия. Игры на свежем воздухе.	1		1
11.	Способы ориентирования	1	1	
12.	Ориентирование по местным признакам	2	1	1
13.	Зимняя экскурсия. Игры на свежем воздухе	1		1
14.	Насекомые.	1	1	
15.	Какая будет погода	2	1	1
16.	Палатка. Выбор места	1	1	
17.	Рюкзак	1		1
18.	Походная аптечка.	2	1	1
19.	Поход.	4	1	3
20.	Итоги похода.	1	1	
21.	<b>Итого:</b>	<b>34ч.</b>	<b>16ч.</b>	<b>18ч.</b>

#### 2 год обучения (6 класс)

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Осенняя прогулка.	1	1	
2.	Безопасность юного туриста.	1	1	
3.	Кухня юного туриста	1	1	
4.	Песни юного туриста.	2	1	1
5.	Осенняя экскурсия. Игры на свежем воздухе.	1		1
6.	Условные знаки	2	1	1
7.	Туристическое снаряжение.	1		1
8.	Узлы.	4	1	3
9.	Экскурсия. Игры на свежем воздухе.	1		1
10.	Топографические знаки. Переноска пострадавшего.	2	1	1
11.	Этапы.	4	1	3
12.	Лыжная прогулка.	1		1
13.	Способы ориентирования.	1	1	
14.	Весенняя экскурсия.	1		1



15.	Походная аптечка	<b>1</b>	<b>1</b>	
16.	Способы определения местности	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
17.	Костры.	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
18.	Поход	<b>4</b>		<b>4</b>
19.	<b>Итого:</b>	<b>34ч.</b>	<b>12ч.</b>	<b>22ч.</b>

### 3 год обучения (7 класс)

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы, темы</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
1.	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. Личная гигиена.	<b>1</b>	<b>1</b>	
2.	Ходьба и бег по пересеченной местности.	<b>1</b>		<b>1</b>
3.	Бег по пересеченной местности до 15 минут.	<b>1</b>		<b>1</b>
4.	Занятие в спортивном зале.	<b>1</b>		<b>1</b>
5.	Туризм. Виды туризма. Цели и задачи	<b>1</b>	<b>1</b>	
6.	Туристическое оборудование, название и предназначение.	<b>1</b>	<b>1</b>	
7.	Узлы: основные, для страховки и само страховки, вспомогательные.	<b>1</b>		<b>1</b>
8.	Траверс склона (наведение и переправа).	<b>1</b>	<b>1</b>	
9.	Навесная переправа (наведение и переправа)	<b>1</b>		<b>1</b>
10.	Параллельные перила (наведение и переправа).	<b>1</b>		<b>1</b>
11.	Маятник (наведение и переправа).	<b>1</b>		<b>1</b>
12.	Переправа по бревну (наведение и снятие веревки, само страховка).	<b>1</b>		<b>1</b>
13.	Спуск по перилам (самонаведение и снятие веревки, само страховка).	<b>1</b>		<b>1</b>
14.	Определение азимута.	<b>1</b>	<b>1</b>	
15.	Чтение и рисование топографических знаков.	<b>1</b>	<b>1</b>	
16.	Определение расстояния на карте	<b>1</b>	<b>1</b>	
17.	Определение превышения местности по карте.	<b>1</b>		<b>1</b>
18.	Передвижение по болотистой местности.	<b>1</b>		<b>1</b>
19.	Комплектация рюкзака и укладка.	<b>1</b>		<b>1</b>
20.	Организация бивака.	<b>1</b>		<b>1</b>
21.	Формирование плана выживания, принятие решения на дальнейшие действия.	<b>1</b>	<b>1</b>	
22.	Защита от неблагоприятных факторов. Типы укрытий.	<b>1</b>	<b>1</b>	
23.	Добывание пищи и воды, съедобные и ядовитые растения.	<b>1</b>	<b>1</b>	
24.	Правила добывания огня. Очаги и	<b>1</b>	<b>1</b>	

	костры. Сохранение огня.			
25.	Подача сигналов бедствия.	<b>1</b>	<b>1</b>	
26.	Определение направлений сторон света по звездам, по деревьям, по часам, по солнцу	<b>1</b>	<b>1</b>	
27.	Правила оказания первой помощи. Аптечка.	<b>1</b>	<b>1</b>	
28.	Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.	<b>1</b>		<b>1</b>
29.	Кровотечения, ранения, способы наложения повязок.	<b>1</b>	<b>1</b>	
30.	Правила наложения жгута.	<b>1</b>		<b>1</b>
31.	Правила оказания первой помощи при переломах.	<b>1</b>		<b>1</b>
32.	Выбор маршрута, его характеристика.	<b>1</b>		<b>1</b>
33.	Поход	<b>1</b>		<b>1</b>
34.	Подведение итогов похода	<b>1</b>	<b>1</b>	
35.	<b>Итого:</b>	<b>34ч.</b>	<b>16ч.</b>	<b>18ч.</b>

#### 4 год обучения (8 класс)

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы, темы</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
1.	Ходьба и бег по пересеченной местности	<b>1</b>		<b>1</b>
2.	Кросс 3000м	<b>1</b>		<b>1</b>
3.	Занятие в тренажерном зале на разные группы мышц.	<b>1</b>		<b>1</b>
4.	История открытия нашей малой Родины.	<b>1</b>	<b>1</b>	
5.	Пограничные места	<b>1</b>	<b>1</b>	
6.	Заводы, основатели городов	<b>1</b>	<b>1</b>	
7.	Рельеф области.	<b>1</b>	<b>1</b>	
8.	Древняя история подземных кладовых.	<b>1</b>	<b>1</b>	
9.	Экскурсия по г. Мурманску	<b>1</b>		<b>1</b>
10.	Озера Мурманской области	<b>1</b>	<b>1</b>	
11.	Заповедники Мурманской области	<b>1</b>	<b>1</b>	
12.	Узлы: основные, для страховки и самостраховки, вспомогательные	<b>1</b>		<b>1</b>
13.	Траверс склона (наведение и переправа)	<b>1</b>		<b>1</b>
14.	Навесная переправа (наведение и переправа)	<b>1</b>		<b>1</b>
15.	Параллельные перила (наведение и переправа)	<b>1</b>		<b>1</b>
16.	Маятник (наведение и переправа)	<b>1</b>		<b>1</b>
17.	Переправа по бревну (наведение и снятие верёвки, самостраховка)	<b>1</b>		<b>1</b>
18.	Спуск по перилам (самонаведение и снятие верёвки, самостраховка)	<b>1</b>		<b>1</b>
19.	Передвижение по болотистой местности.	<b>1</b>		<b>1</b>
20.	Этап «Сюрприз»	<b>1</b>		<b>1</b>
21.	Узлы	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
22.	Природоохранные акции	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

23.	Отравление, укусы насекомых и змей.	1	1	
24.	Вода: определение качества, очистка и получение	1	1	
25.	Ожоги, обморожения, солнечный и тепловой удар.	1	1	
26.	Лекарственные растения и пользования ими.	1	1	
27.	Выбор маршрута, его характеристика	1		1
28.	Поход	2		2
29.	Подведение итогов	1	1	
30.	<b>Итого:</b>	<b>34ч.</b>	<b>14ч.</b>	<b>20ч.</b>

**5 год обучения  
(9 класс)**

№ п/п	Разделы, темы	Всего	Теория	Практика
1.	Введение в тему	1		1
2.	Бег по пересеченной местности.	1		1
3.	Ходьба и бег по пересеченной местности.	1		1
4.	Кросс 3000м.	1		
5.	Занятие в спортивном зале на разные группы мышц.	1		1
6.	Реки области.	1	1	
7.	Озера области.	1	1	
8.	Климатические особенности области.	1	1	
9.	Метеостанции области.	1	1	
10.	Растительность области.	1	1	
11.	Природные зоны области.	1	1	
12.	Животный мир области.	1	1	
13.	Этапы: переноска пострадавшего, кочки и переправа по бревну.	1		1
14.	Этапы: подъем, спуск, переправа по бревну.	1		1
15.	Занятия в спортивном зале на разные группы мышц.	1		1
16.	Параллельные перила (наведение и переправа)	1		1
17.	Навесная переправа (наведение и переправа).	1		1
18.	Траверс склона (наведение и переправа).	1		1
19.	Узлы: основные, для страховки и самостраховки.	1		1
20.	Узлы: стопорные, основные и быстрозавязывающие.	1		1
21.	Занятие в спортивном зале.	1		1
22.	Занятие в спортивном зале на разные группы мышц.	1		1
23.	Узлы: специальные.	2		2

24.	Передвижение по болотистой местности.	1		1
25.	Правила оказания первой помощи.	1		1
26.	Правила оказания первой помощи при переломах.	1		1
27.	Кровотечения, ранения, способы наложения повязок.	1		1
28.	Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.	1		1
29.	Вода: качество, очистка и получение.	1		1
30.	Отравление, укусы насекомых и змей.	1	1	
31.	Ожоги, солнечный и тепловой удар.	1	1	
32.	Выбор маршрута, его характеристика.	1		1
33.	Поход.	1		1
34.	Итоги похода.	1		1
	<b>Итого:</b>	<b>34 ч.</b>	<b>9 ч.</b>	<b>25 ч.</b>