

Министерство образования Тверской области
Муниципальное общеобразовательное учреждение -
средняя общеобразовательная школа №4 имени В. Бурова

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2024 г.,
протокол № 1



Утверждаю
Директор МОУ СОШ №4
Л. Б. Власова
Приказ № 75/12
«30» августа 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
туристско - краеведческой направленности
«Юный турист»**

Возраст учащихся 10-14 лет
Срок реализации: 1 год (68 часов)

Утверждаю
Директор МОУ СОШ №4
Л. Б. Власова
Приказ № 75/12
«30» августа 2024 г.

Внесено учителем: Сарапова Ирина Александровна
Срок реализации: 1 год (68 часов)

Автор - составитель программы:
Сарапова Ирина Александровна
учитель физической культуры

г. Бежецк, 2024г.

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
- 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Методическое обеспечение
- 2.5. Список литературы

Пояснительная записка

Туризм - тот вид деятельности, который при разумной организации дает хорошие образовательно-оздоровительные результаты и отвечает возрастным потребностям детей к самоутверждению и самостоятельности.

Туризм - школа самопознания, проверки собственных возможностей, тренинг личностного развития. Туристские походы, путешествия являются универсальным инструментом в системе воспитания подрастающего поколения. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей - слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически - вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны. Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для учащихся, основой которого является организация самостоятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знаний, полученных в школе на уроках географии, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний. Главная задача пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира. Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, то есть углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края — своей малой родины, о нем можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки обучающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций. Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Настоящая дополнительная образовательная программа носит образовательно-развивающий характер. Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, овладение туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход.

Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

Занимаясь в туристическом кружке, ребята осваивают и закрепляют туристические навыки, умение рационально использовать силы и средства для преодоления возникающих трудностей. В детях воспитывается ответственность за порученное дело. Все это позволит ребятам умело ориентироваться во внезапно возникшей экстремальной ситуации, быстро принимать решение и решительно действовать.

Мы не в силах управлять природой, предотвращать экстремальные ситуации, но в наших силах научить детей разумно вести себя в непредсказуемой, порой, критической ситуации. Быть хорошо физически подготовленным, нести ответственность за себя и дорожить жизнью других.

Программа является типовой, так как она разработана на основе методических рекомендаций, разработанных В.Г.Варламовым, а так же на основе авторской программы комплексной туристско-краеведческой подготовки (авторы А.Евтушенко, И.Стороженко), опубликованной в сборнике авторских программ дополнительного образования детей (Москва: Народное образование, - 2002), и адаптирована к условиям работы туристического объединения.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана в соответствии с требованиями и на основе следующих нормативных документов:

Распоряжение Правительства РФ от 24 апреля 2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей»;

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Положение Концепции развития дополнительного образования детей от 24.04. 2015 г. № 729-р;

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Информация Министерства образования Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.2015 г.; и другие нормативные документы.

В программе используются *межпредметные* связи с другими образовательными областями такими как ОБЖ (способы автономного выживания человека в природе), география (работа с картами, определение азимута), биология и экология (правила личной гигиены, охрана окружающей среды, первая медицинская помощь).

1.2 Актуальность данной программы выражается в ее доступности, безграничных возможностях в привлечении детей любого возраста и их родителей. Занятия по программе проходят большей частью в полевых условиях. В походе учит сама жизнь, природа, товарищи, ситуации. В полевых условиях учебный процесс естественен, содержание его призвано разрешать повседневные, актуальные проблемы в жизни коллектива. При этом «усвоение знаний» идет на уровне понимания, и - что очень важно - на эмоциональном уровне.

1.3 Особенности программы. Для зачисления в объединение «Юный турист» специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа способствует формированию здорового образа жизни, т.к. в течение года большинство занятий проводятся на улице, в парке, в поле, в лесу. Программа рассчитана на один год обучения. Формирование группы проводится из разновозрастных учащихся, что способствует взаимообучаемости и позволяет прививать учащимся чувство ответственности и взаимовыручки. Учебные группы постоянного и переменного состава. Группы переменного состава организуются на короткие сроки: учебную четверть, на один месяц, на неделю. Цель создания таких групп – осуществление начальной подготовки учащихся, приобретения ими первоначальных знаний и умений по какому-либо виду деятельности; проведение массового обучения школьников каким-либо навыкам; организация полезного и познавательного досуга, соревнований и экскурсий. Для качественного усвоения знаний и умений допускается деление учащихся на подгруппы по 5-7 человек для выполнения учебных задач и проектов. Допускается перенос части занятий на летнее время для проведения длительных исследовательских и обучающих походов и экспедиций. Количество детей на 1-ом году обучения - 15 человек, возраст Учащихся 7-15 лет.

При прохождении программы учащиеся осваивают следующие виды подготовки:

1. Теоретическая подготовка включает в себя изучение техники различных видов туризма (пеший, водный, лыжный, велосипедный туризм,

ориентирование); получение знаний по топографии, выработка умений и навыков по разведению костров, бивачным работам и т.д.

2. Краеведческая подготовка - неотъемлемая составная часть общей подготовки туриста. Она связана с приобретением знаний о природных богатствах родного края, об историческом прошлом народа; позволяет наблюдать своеобразие локально-закрепленных художественных традиций, создает благоприятные условия для развития эстетической культуры обучающихся; формирует у туриста умения и навыки в организации и проведении специальных наблюдений в условиях похода с последующей их обработкой и анализом. Краеведческая подготовка включает собственно краеведение, а также его практические приложения и смежные разделы учебно-воспитательной работы: наблюдения в походе, вопросы охраны природы, памятников истории и культуры.

3. Подготовка туриста по технике безопасности. Обеспечение безопасности участников туристских походов - важнейшая задача в комплексе мероприятий по организации, подготовке и проведению похода, а профилактика несчастных случаев по праву занимает ведущее положение в числе основных разделов работы по туризму. В связи с этим в программу включен раздел, основные задачи которого подготовить туриста к работе в сложных погодных условиях, воспитание дисциплины туристской группы, формирование умений и навыков по оказанию первой доврачебной помощи.

4. Способы автономного выживания. Включает в себя: изучение правил поведения при автономном существовании, возможность построить различные укрытия и убежища из подручных средств, способы приготовления пищи, поиски воды, подача сигналов бедствия, формирование умений и навыков по оказанию первой доврачебной помощи.

1.4. Адресат:

Тип программы – дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа.

Вид программы – модифицированная программа, на основе методических рекомендаций, разработанных В.Г.Варламовым, а так же на основе авторской программы комплексной туристско-краеведческой подготовки (авторы А.Евтушенко, И.Стороженко), опубликованной в сборнике авторских программ дополнительного образования детей (Москва: Народное образование, - 2002),

Направленность – туристско - краеведческая

Классификация – общеразвивающая.

По характеру деятельности – познавательная.

По возрасту – разновозрастная, от 10 до 14 лет.

По масштабу действия – учрежденческая.

По срокам реализации – 1 год.

1.6. Формы организации образовательного процесса.

- *Фронтальная форма* организации учебной деятельности учащихся – это такой вид деятельности учителя и учащихся на уроке, когда все дети одновременно выполняют одинаковую, общую для всех работу, всем классом обсуждают, сравнивают и обобщают результаты ее.

- *Групповая форма* – это такая форма организации деятельности учащихся, при которой в классе создаются небольшие группы примерно из трех-пяти-семи учащихся для совместной учебной работы.

- *Индивидуальная форма* – это форма организации образовательного процесса при котором каждый ученик получает для самостоятельного выполнения задание, специально подобранное для него в соответствии с его подготовкой и учебными возможностями.

В качестве таких заданий может быть работа с учебником, другой учебной и научной литературой, разнообразными источниками (справочники, словари, энциклопедии, хрестоматии и т.д.)

- *Круговая форма* предусматривает последовательное выполнение занимающимися серии заданий на специально подготовленных местах («станциях»).

- *Проектная деятельность* - Это форма организации образовательного процесса при котором практическая деятельность учеников осуществляется в рамках учебных проектов, которые представляют собой комплекс действий: ученики должны сами ставить цель, планировать и осуществлять работу, связанную с приобретением новых знаний и умений.

1.7 Методы работы:

- *дидактический рассказ* – представляет собой изложение учебного материала в повествовательной форме. Его назначение – обеспечить общее, достаточно широкое представление о каком-либо объекте, двигательном действии;

- *описание* – это способ создания у занимающихся представлений о действии, детям сообщается фактический материал, говорится, что надо делать, применяется при изучении относительно простых действий;

- *объяснение* – последовательное, строгое в логическом отношении изложение преподавателем сложных вопросов, понятий, правил;

- *беседа* – вопросно-ответная форма взаимного обмена информацией между преподавателем и учащимися;

- **инструктирование** – точное, конкретное изложение преподавателем предлагаемого задания;

- **распоряжения, команды, указания** – основные средства оперативного управления деятельностью на занятиях.

- **метод непосредственной наглядности** – предназначен для создания правильного представления о технике выполнения двигательного действия;

- **метод опосредованной наглядности** – создает дополнительные возможности для восприятия двигательных действий с помощью предметного изображения;

1.8 Режим занятий: Режим реализации учебного плана и недельная нагрузка на учащихся одинаковая, это одно занятие за один час или два занятия по два часа с обязательным перерывом в 10 минут для отдыха учащихся и проветривания помещения. Один учебный час равен 45 минутам. Время работы педагога дополнительного образования определяется педагогической нагрузкой и расписанием учебных занятий.

1.9 Уровни сложности программы. Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивно-туристической подготовки и разбит на три уровня сложности в соответствии с возрастными особенностями учащихся и этапами реализации программы:

1. «Стартовый уровень» - этап начальной подготовки и этап начальной специализации.

2. «Базовый уровень» - этап углубленной подготовки

3.«Продвинутый уровень» - этап спортивно-туристического совершенствования.

Этапы реализации программы 1. «Стартовый уровень» - этап начальной подготовки и этап начальной специализации. На начальном этапе подготовки прививается интерес к занятиям спортивным ориентированием и туризмом. Все это осуществляется в игровой форме через постепенное приобщение учащихся к систематическим тренировкам. Проводится разносторонняя физическая подготовка, при этом делается акцент на развитие общей выносливости, ловкости и быстроты. Большая роль на этом этапе отводится спортивным играм: играм с мячом, играм на внимание, сообразительность, координацию. Начинается работа по развитию навыков владения спортивной картой и компасом. Немаловажная роль отводится знакомству с родным городом и его достопримечательностями. Учащиеся получают первичные знания о походах, личном и групповом снаряжении и совершают однодневные походы в окрестностях города. На этапе начальной специализации обучаемые переходят к углубленному изучению основных

элементов ориентирования, расширяют объем знаний о технике спортивного ориентирования. Приобретают первичные знания о тактике, приобретают соревновательный опыт, участвуя в районных и городских соревнованиях по спортивному ориентированию, туризму. На этом этапе увеличивается количество учебно-тренировочных занятий, проводимых на местности. Ведется работа по повышению разносторонней физической и функциональной подготовки. Большое значение придается изучению природы родного края.

2. «Базовый уровень» - этап углубленной подготовки. На этапе углубленной подготовки возрастает роль физической подготовки ориентировщика. Большое место в учебно-тренировочном процессе занимает развитие специальной выносливости. Продолжается многогранный процесс совершенствования техники и тактики спортивного ориентирования в различных условиях. Значительная роль в совершенствовании тактико-технической подготовки отводится соревновательному методу за счет увеличения количества соревнований. Значительную роль играет и краеведческая работа на маршруте, в результате которой учащиеся приобретают первоначальные навыки научно - исследовательской деятельности.

3. «Продвинутый уровень» - этап спортивного совершенствования. Это осуществляется через: освоение возрастающих тренировочных и соревновательных нагрузок, углубление знаний по теории и практике спортивного ориентирования. Кроме того, Учащиеся получают дополнительные знания по медицине, происходит содействие дальнейшему совершенствованию технико-тактического мастерства на основе индивидуализации тренировочного процесса.

Контроль в управлении процессом обучения осуществляется в виде предварительного (входного), текущего, итогового контроля.

Входной контроль проводится в форме анкетирования на вводных уроках с целью выявления уровня начальных знаний. На основе полученных данных выявляется готовность к усвоению программного материала.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего заезда. Используются такие методы, как наблюдение, контрольные испытания, учебно-тренировочные походы, где ребята могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально.

Итоговый контроль проводится в конце заезда в виде однодневных или двухдневных походов, а так же больших туристических соревнований.

Цель и задачи

Цель: Развитие интеллектуального, физического и творческого потенциала детей и подростков, через обучение туризму и формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные:

- ✓ приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;
- ✓ приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- ✓ обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы
- ✓ формирование знаний, умений и навыков совершения туристских походов и организации туристских соревнований, технике и тактике туризма, географии, основ безопасности
- ✓ жизнедеятельности, истории края, его природных особенностей.
- ✓ формирование знаний, умений, навыков по экологии, природоведению, топографии, различным направлениям в туризме, ориентированию, технике безопасности при проведении различных видов работ, основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи.

Личностные:

- ✓ содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- ✓ формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- ✓ формирование гуманного отношения к окружающей среде;
- ✓ выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.
- ✓ физическое совершенствование школьников — развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями;
- ✓ повышение уровня коммуникативной культуры,
- ✓ создание единого творческого коллектива, направленного на достижение спортивных результатов, проведение совместного досуга, бережного отношения к природе.
- ✓ сформировать научное мировоззрение в области патриотического, экологического, природоохранного, медицинского, эстетического воспитания.

Метапредметные:

- ✓ расширены и углублены знания обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке;

- ✓ расширены и углублены знания обучающихся по истории родного края и области;
- ✓ повышен уровень физической подготовленности обучающихся;
- ✓ развиты способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на
- ✓ возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;
- ✓ развиты практические навыки по Экологии, краеведению, ориентированию, технике безопасности, основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи, использованию благотворного воздействия природных факторов на все функции организма;
- ✓ соблюдаются правила личной и общественной гигиены.

Содержание программы 1 года обучения.

Стартовый уровень программы «Юный турист» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

3.1. Учебный план первого года.

№	Тема	всего	теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности при проведении походов, занятий.	2	2	0
2	Подготовка к походу, путешествию. Личное и групповое туристское снаряжение. Туристские должности в группе.	10	4	6
3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	30	6	24
4.	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	10	2	8
5.	Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.	20	4	16
6.	Ориентирование по горизонту, азимут. Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки.	10	4	6
7.	Компас. Работа с компасом.	4	2	2

8.	Измерение расстояний.	18	8	10
9.	Личная гигиена туристов. Походная медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.	20	6	14
10.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физических упражнений.	10	2	8
11.	Общая физическая подготовка	10	2	8
	Всего	144	44	100

3.3. Календарно – тематическое планирование первого года.

№	Тема занятий	Кол-во часов	Месяц планируемый	Месяц Факт
1	Вводное занятие. Техника безопасности при проведении походов, занятий.	1	Сентябрь	
2	Подготовка к походу, путешествию. Личное и групповое туристское снаряжение. Туристские должности в группе.	10	Сентябрь	
3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	30	Сентябрь-Октябрь	
4	Правила движения в походе, преодоление препятствий	10	Ноябрь	
5	. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.	20	Ноябрь-Декабрь	
6	Ориентирование по горизонту, азимут. Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	10	Январь	
7	. Компас. Работа с компасом.	4	Февраль	
8	Измерение расстояний	18	Февраль- Март	
9	. Личная гигиена туристов.	20	Апрель - Май	

Походная медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.			
---	--	--	--

Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты:

Образовательные:

- ✓ приобретены умения и навыки в работе с картой и компасом;
- ✓ приобретены специальные знания по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- ✓ могут обеспечить выживания в экстремальных условиях;
- ✓ знакомы с проблемами экологии и охраны природы;
- ✓ сформированы знания, умения и навыки совершения туристских походов и организации туристских соревнований, технике и тактике туризма, географии, основ безопасности
- ✓ жизнедеятельности, истории края, его природных особенностей.
- ✓ сформированы знания, умения, навыки по экологии, природоведению, топографии, различным направлениям в туризме, ориентированию, технике безопасности при проведении различных видов работ, основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи.

Личностные:

- ✓ содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- ✓ сформирована жизненная самостоятельность и волевые качества;
- ✓ сформировано гуманное отношение к окружающей среде;
- ✓ выработаны организаторские навыки, умение вести себя в коллективе.
- ✓ физическое совершенствование школьников — развита сила,
- ✓ выносливость, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями;
- ✓ повышен уровень коммуникативной культуры,
- ✓ создан единый творческий коллектив, направленный на достижение
- ✓ спортивных результатов, проведение совместного досуга, бережного отношения к природе.

- ✓ сформировано научное мировоззрение в области патриотического, экологического, природоохранного, медицинского, эстетического воспитания.

Метапредметные:

- ✓ Расширены и углублены знания обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке;
- ✓ расширены и углублены знания обучающихся по истории родного края и области;
- ✓ повышен уровень физической подготовленности обучающихся;
- ✓ развиты способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на
- ✓ возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;
- ✓ развиты практические навыки по Экологии, краеведению, ориентированию, технике безопасности, основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи, использованию благотворного воздействия природных факторов на все функции организма, соблюдение правил личной и общественной гигиены.

8. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

8.1 Условия реализации программы:

Организация образовательного процесса осуществляется в условиях кабинетной системы в соответствии с учебным планом, основными нормами техники безопасности и санитарно-гигиеническими правилами. Занятия проводятся по классно-урочной системе с использованием ТСО, наглядного материала, индивидуальных и групповых заданий, тестов, практических занятий на улице и в классе, экскурсий.

Методика работы позволяет творчески подходить к вопросам образования и оздоровления, открывает широкий простор для инновационной деятельности.

8.2. Оценочные материалы

Для оценки результативности проводятся следующие виды контроля: вводный контроль – установление начального уровня знаний и умений. Формы: собеседование, устный опрос, анкетирование. Текущий контроль – оценка качества усвоения материала, проводится в ходе реализации программы. Формы: исследовательские работы, выполнение опытнических работ, зачёты. Итоговый контроль – проводится по ходу учебных занятий по каждому блоку программы в форме тестовых заданий, защиты исследовательских работ, выставок.

Каждые полгода проводится мониторинг обученности и личностного развития учащихся. Мониторинг разработан на основе мониторинга предложенного кандидатами наук Кленовой Н. В. и Буйловой Л. Н. Оценка развития проводится по 5-ти бальной системе. Контрольные параметры указаны в таблице, степень выраженности определена уровнями – минимальный, средний, максимальный. Получаемые данные заносятся в индивидуальную карточку учета результатов обучения каждого учащегося. Потом заполняется общая таблица мониторинга по группе.

По окончании курса общеобразовательной программы учащимся, успешно прошедшим обучение, выдаются свидетельства. Промежуточными документами в ходе обучения могут быть грамоты и дипломы за участие в различных мероприятиях: конференциях, конкурсах.

ЛИТЕРАТУРА.

для педагога

Основная:

В. Г. Варламов Методические рекомендации, Центральный совет по туризму и экскурсиям Центральное рекламно-информационное бюро “Турист”, Москва—1983

А.Евтушенко, И.Стороженко Программа комплексной туристско-краеведческой подготовки Сборник авторских программ дополнительного образования детей (Москва: Народное образование, - 2002)

Дополнительная:

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТ и КМО РФ, 2001г.
2. Алехин, В.М. Соревнования по спортивному ориентированию (карты и дистанции). - М.: Ф и С, 1974г.
 1. Аппенянский, А.И. Физическая тренировка в туризме. Методические рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
 2. Волович, В.Г. Академия выживания. - М.: «Толк», 1995г.
 3. Гамм, Е.И. Энциклопедия туриста. - М.: «Большая Российская энциклопедия», 1993г.
 4. Ганиченко, Л.Г. Котелок над костром. - М.: «Вокруг света», 1994г.
 5. Герман, Ю.В. Проведение и судейство конкурсов на туристских слетах и соревнованиях. Методические рекомендации. - М.: Турист, 1983г.
 6. Диханова, Л.Г., Горбачева, Л.А. Туристы, в путь! Методический сборник-пособие организатору и руководителю летних туристских походов. - Екатеринбург, 1998г.
 7. Зорин, И.В., Штюрмер, Ю.А. Туризм и охрана окружающей среды. (учебное пособие). - М.: ЦРИБ «Турист», 1986г.
 8. Зубович, Б.И. О первых шагах в ориентирование. - МН.: Полымя, 1983г.
 9. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТ и КМО РФ, 2001г.
 10. Ривкин, Е.Ю. Организация туристской работы со школьниками. - М.: АРКТИ, 2001г.

11. Туристская игротка. (Игры, конкурсы, викторины). 4 выпуск.- М.: ЦДЮТ и К МО РФ, 2003г.

для обучающихся

Верзилин, Н. По следам Робинзона/ Н. Верзилин, - Л.: "Детская литература", 1974.-254с.

Дихтярев, В. Я. Вся жизнь – поход / В.Я. Дихтярев, -М.: ЦДЮТур, 1999.
<http://skitalets.ru/index.htm>

Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста /Ю.А. Штюмер, - М. "Профиздат". 1982. <http://skitalets.ru/index.htm>

Бардин, К.В. Азбука туризма/ К.В. Бардин, - М.: Просвещение, 1981.-205с.

Использованные материалы и Интернет-ресурсы

Методические рекомендации В. Г. Варламов, Центральный совет по туризму и экскурсиям Центральное рекламно-информационное бюро “Турист”, Москва—1983 - <http://refdb.ru/look/2645015.html>