

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЮБИЛЕЙНАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
от 30 .08.2024 г.
протокол №1

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
от 30.08.2024 г. № 108



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Туризм»**

Уровень программы-базовый

Направленность — туристско-краеведческая

Возраст обучающихся — 12 – 15 лет

Срок реализации – 1 год

**Составитель: Безгодова Людмила Михайловна-
учитель математики, физики, основ безопасности и защиты Родины.**

п Юбилейный 2024 год

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм» (далее – программа «Туризм») имеет туристско-краеведческую направленность и способствует формированию у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Программа «Туризм» направлена на:

- всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;

- формирование навыков самостоятельной деятельности;

В процессе овладения туристским мастерством у детей формируются такие качества личности, как упорство, сила воли, честность, коммуникабельность, умение доводить начатое дело до конца, креативность мышления, целеустремленность, и появление желания учиться, находить и анализировать связь между разными областями знаний и туризмом.

Программа разработана на положениях основных законодательных и нормативных актах Российской Федерации:

Направленность (профиль) программы – туристско-краеведческая.

Актуальность программы обусловлена рядом факторов:

- повышение занятости детей в свободное от учебы в образовательном учреждении время;

- организация разнообразного и полноценного досуга;

- физическое развитие и оздоровление детей.

Занятия спортивным туризмом воспитывают в людях умение самостоятельно и правильно принимать решения в экстремальной ситуации, которая искусственно создается на различных соревнованиях, а также в походах. Кроме того у детей формируются такие качества, как выносливость, быстрота реакции, высокая работоспособность, умение преодолевать себя.

Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в обществе, запросами семьи и самого ребенка.

Отличительные особенности программы

Программа «Туризм» обладает отличительными чертами:

- программа имеет базовый уровень обучения, т.к. даёт начальные, основные знания и умения, без освоения которых сложно и небезопасно заниматься каким-либо видом туризма или краеведения;

- программа включает изучение природы и экологических особенностей родного посёлка, муниципального округа, области;

- программа предусматривает теоретические и практические занятия, экскурсии и походы;

- практические занятия могут проводиться как в помещении, так и на местности, в природных условиях;

- порядок изучения тем программы составлен с учётом сезонов (зимнее время-больше теоретических занятий, весенний и осенний период-больше практических занятий на местности).

Педагогическая целесообразность заключается в том, что программа является одним из звеньев образовательно-воспитательной системы МБОУ «Юбилейная СОШ» и рассчитана, прежде всего, на создание условий для формирования патриотизма, устойчивого желания обучающихся объединения вести здоровый образ жизни, стремления к саморазвитию и самореализации в социуме через социализацию, строящуюся на укреплении своего здоровья и повышения образовательного уровня. Участие обучающихся объединения в мероприятиях позволяет, с одной стороны - через смену рода деятельности, оградить их от замкнутости круга общения, с другой, - повышает возможность сформировать, помимо профессиональных задатков, коммуникативно-личностные качества, необходимые для адаптации в социуме.

Таким образом, программа не только значима, актуальна и целесообразна, она еще и перспективна и востребована в условиях посёлка и района.

Адресат программы

Данная программа предназначена для подростков от 12-15 лет (7-9 класс). Рекомендуемый минимальный состав группы: от 10 до 15 человек. Следует учитывать, что именно в подростковом возрасте возникают глубокие, действенные, устойчивые интересы, развивается самостоятельность, исполнительность и дисциплинированность. Индивидуальный подход предполагает учёт особенностей возраста, типа нервной деятельности, темперамента, характера. В работе с каждым участником программы педагог находит ту психологическую установку в обучении, которая даёт возможность преодолевать им противоречия своего характера, различные трудности на жизненном пути.

Объем программы

Программа «Туризм» рассчитана на 1 год обучения.

Продолжительность составляет 34 часа (1 час в неделю).

Формы обучения и виды занятий

Форма обучения - очная.

Формы занятий: фронтальная, групповая, парная, индивидуальная.

В учебном классе проводятся:

- теоретические занятия;
- просмотр учебных кинофильмов и видеоматериалов;
- изучение биографической и специальной литературы;
- инструктажи по ТБ;

В спортзале:

- практические занятия по вязке узлов, сборке и разборке палатки.

Выездные мероприятия:

- тренировки по подготовке к районным соревнованиям по технике пешеходного туризма;
- туристические походы;
- участие в школьных и окружных спортивных соревнованиях.

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, тренировки, соревнования и походы.

Основные методы – показ и упражнение (тренировка).

Срок реализации программы

Программа реализуется с 1 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года.

Режим занятий

Занятия проводятся в разновозрастной группе.

Продолжительность учебного часа – 45 минут.

Дни недели: пятница.

Время занятий: 16.00 – 16.45.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся необходимых для социальной адаптации туристских умений и навыков, эмоционально-ценностных отношений к родному краю через включение их в учебную, экологическую и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи:

Образовательные (предметные):

- формировать умения и навыки основ туристической подготовки;
- включать обучающихся в познавательную деятельность по изучению истории, культурного наследия, природы родного края;
- сформировать навыки экологического грамотного поведения в природе.

Развивающие:

- укрепление физической закалки и выносливости;
- развитие коммуникативных навыков,
- развитие интереса обучающихся к туристической деятельности и краеведению;
- развивать личностные качества: сотрудничество, сопереживание, общительность, Толерантность.

Воспитательные:

- воспитывать патриотизм и любовь к родному краю;
- воспитывать культуру поведения в обществе;
- воспитывать чувство ответственности за свои действия, дисциплинированности, взаимопомощи.

1.3. Содержание программы

Учебный план.

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1		Устный опрос
2	Экология. Экологические проблемы родного края.	2	1	1	Тестирование
3	Личная гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.	2	1	1	Ситуационные задачи
4	Основы туризма. Питание в походе.	6	2	4	Устный опрос, наблюдение, зачёт, поход.
5	Топография и ориентирование.	10	3	7	Устный опрос. Зачёт. Соревнование
6	Туристические ресурсы Тотемского округа	1	1		Опрос
7	Особенности зимнего похода	2	1	1	Опрос, наблюдение, лыжный поход
8	Туристическая техника.	10	3	7	Опрос. Соревнование, весенние походы.
	ИТОГО	34	13	21	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория. Правила техники безопасности. План работы на учебный год.

2. Экология. Экологические проблемы родного края.

Теория. Что изучает экология. Экологические проблемы родного посёлка, муниципального округа. Формы участия туристов в природоохранной деятельности.

Практика. Тестирование.

3. Личная гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.

Теория. Гигиена туриста. Понятие о личной гигиене туриста: гигиена тела, значение водных процедур. Соблюдение гигиенических требований в походе. Медицинская аптечка. Содержимое медицинской аптечки. Переноска пострадавшего. Приемы транспортировки пострадавших. Первая доврачебная помощь. Походный травматизм. Характерные заболевания в походе и их профилактика. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током. Уход за больным в походе.

Практика. Применение средств личной гигиены в походных условиях и во время тренировочного процесса. Формирование походной медицинской аптечки. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, практическое оказание помощи).

4. Основы туризма. Питание в походе.

Теория. Виды туризма. Личное снаряжение туриста. Привалы и биваки. Бивачные работы и принципы их проведения. Питание в походе. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Составление меню, списка продуктов. Обязанности в тургруппе. Должности постоянные и временные. Правила заготовки дров. Виды костров. Техника безопасности походного туризма.

Практика. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Тренировка в разжигании костров. Разбивание бивака. Учебные походы. Зачёт.

5. Топография и ориентирование.

Теория. Топографическая подготовка юного туриста. Знакомство с топографической и физической картой. Виды топографических карт. Масштаб. Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах. Способы изображения рельефа на картах. Топографические знаки. Компас. Устройство компаса. Стороны света. Азимут. Что такое азимут? Ориентирование на местности. Топографическая карта. Способы изображения рельефа на картах. Условные знаки топографических карт. Измерение расстояний. Измерение расстояний на карте и местности. Дополнительные и вспомогательные направления сторон горизонта. Работа с компасом и картой. Виды спортивного ориентирования. Спортивный лабиринт.

Практика. Зарисовка топографических знаков. Чтение карты по топографическим знакам. Определение сторон горизонта с помощью компаса. Определение азимута. Зарисовка топографических знаков; топографический диктант. Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Измерение расстояний на местности. Соревнование по спортивному ориентированию. Соревнование «спортивный лабиринт». Зачёт.

6. Туристические ресурсы Тотемского округа

Теория. Туристские территории Тотемской земли. Знакомство с картой по спортивному ориентированию территории и прилегающей территории школы Фёдора Конюхова.

7. Особенности зимнего похода

Теория. Особенности передвижения группы в зимнее время. Зависимость комплектации снаряжения от климатических условий. Способы транспортировки снаряжения по снегу.

Практика. Лыжный поход.

8. Туристическая техника.

Теория. Палатка. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Снаряжение туриста. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень снаряжения для похода, требования к нему. Установка палатки. Вязка узлов. Переправа по бревну. Переправа через «болото». Правила движения по болотистой местности. Вертикальный маятник. Горизонтальный маятник. Параллельные перила. Спуск и подъём.

Практика. Разработка маршрута похода. Учебные походы. Сборка палаток. Расстановка палаток. Разборка палаток. Переправа через «болото». Прохождение препятствий: вертикальный маятник, горизонтальный маятник, параллельные перила, спуск и подъём.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- знать основы туристической подготовки;
- знать историю, культурное наследие, природу родного края;
- уметь правильно анализировать сложившуюся ситуацию и делать обоснованные выводы из ее оценки;
- знать особенности оказания первой медицинской помощи;
- уметь правильно и своевременно оказывать первую помощь пострадавшему;
- приобретение спортивных и туристических навыков;
- знать теоретические вопросы топографии и ориентирования;
- навыки личной гигиены туриста;
- уметь ориентироваться на местности;
- уметь применять туристическое снаряжение.

Метапредметные:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- сформирован познавательный интерес к туризму и краеведению;
- развитое туристское и спортивное мастерство;
- развиты коммуникативные способности обучающихся;
- развит интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- сформированы организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- сформировано чувство ответственности за свои действия; дисциплинированность, взаимопомощь;
- умение осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- развиты воображение, память, мышление, речь, внимательность, логика;
- развитие навыков экскурсионной деятельности на базе краеведческого материала и достопримечательностей края.

Личностные:

- вести здоровый образ жизни;
- владеть культурой поведения в обществе;
- в рамках комфортной эмоциональной среды: «ситуации успеха» и развивающего общения, развить личностные качества, такие как сотрудничество, сопереживание, общительность, толерантность;
- повышение интереса к туризму и спорту;
- развитие чувства патриотизма, любви к родному краю;
- умение анализировать своё поведение и умение принимать правильное решение в различных жизненных ситуациях.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09	06	16:00 - 16:45	Лекция	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
2	09	13	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Что изучает экология. Экологические проблемы родного посёлка, муниципального округа.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
3	09	20	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Формы участия туристов в природоохранной деятельности.	Кабинет ОБЗР	Тестирование
4	09	27	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Личная гигиена туриста.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
5	10	04	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Первая доврачебная помощь.	Спортивный зал	Ситуационные задачи
6	10	11	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Виды туризма. Личное снаряжение туриста. Привалы и биваки.	Кабинет ОБЖ	Устный опрос
7	10	18	16:00 - 16:45	Лекция.	1	Питание в походе	Кабинет ОБЖ	Зачет
8	10	25	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.	Кабинет ОБЖ	Наблюдение. Устный опрос.
9	11	08	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Тренировка в разжигании костров.	Кабинет ОБЖ	Зачет

10	11	15	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Учебный поход. Разбивание бивака.	Кабинет ОБЖ	Наблюдение. Устный опрос.
11	11	29	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Учебный поход. Разбивание бивака.	Кабинет ОБЖ	Зачет
12	12	06	16:00 - 16:45	Лекция.	1	Топографическая подготовка юного туриста.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
13	12	13	16:00 - 16:45	Лекция.	1	Компас. Устройство компаса. Стороны света. Азимут.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
14	12	20	16:00 - 16:45	Лекция.	1	Виды спортивного ориентирования. Спортивный лабиринт.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
15	12	27	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Зарисовка топографических знаков. Чтение карты по топографическим знакам.	Кабинет ОБЗР	Наблюдение.
16	01	17	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Топографический диктант.	Кабинет ОБЗР	Письменный зачет.
17	01	24	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.	Кабинет ОБЗР	Зачет.
18	01	31	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Измерение расстояний на местности.	Пришкольная территория.	Наблюдение. Устный опрос.
19	02	07	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Соревнование по спортивному ориентированию.	Пришкольная территория.	Соревнование.
20	02	14	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Соревнование «спортивный лабиринт».	Пришкольная территория	Соревнование.
21	02	21	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Соревнование «спортивный лабиринт».	Пришкольная территория	Соревнование.

22	02	28	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Туристические ресурсы Тотемского округа	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
23	03	07	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Особенности зимнего похода	Кабинет ОБЗР	Устный опрос
24	03	14	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Зимний лыжный поход	Лес рядом с посёлком.	Наблюдение. Лыжный поход.
25	03	21	16:00 - 16:45	Лекция. Беседа	1	Палатка. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Снаряжение туриста.	Спортивный зал	Устный опрос. Наблюдение.
26	03	28	16:00 - 16:45	Лекция. Тренировочные упражнения.	1	Вязка узлов. Переправа по бревну. Переправа через «болото». Правила движения по болотистой местности.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос. Наблюдение.
27	04	04	16:00 - 16:45	Лекция	1	Вертикальный маятник. Горизонтальный маятник. Параллельные перила. Спуск и подъём.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос.
28	04	11	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Разработка маршрута похода.	Кабинет ОБЗР	Устный опрос.
29	04	18	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Сборка и разборка палаток. Расстановка палаток.	Пришкольная территория	Наблюдение. Соревнование.
30	04	25	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Переправа через «болото».	Пришкольная территория	Наблюдение. Устный опрос.
31	05	08	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Прохождение препятствий: вертикальный маятник, горизонтальный маятник, параллельные перила, спуск и подъём.	Лес	Соревнование.

32	05	15	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Весенний учебный поход.	Лес	Наблюдение.
33	05	22	16:00 - 16:45	Практическое занятие	1	Весенний поход.	Лес	Соревновани е.
34	05	29	16:00 - 16:45	Итоговая аттестация.	1	Весенний поход.	Лес	Соревновани е

2.2 Условия реализации программы

1. Разработанность программы с учетом интереса и возрастных особенностей.
2. Создание ситуации успеха. Заинтересованность личностью педагога.
3. Участие обучающихся в соревнованиях.

Основные виды занятий тесно связаны между собой и дополняют друг друга.

Форма организации занятий – групповая.

Хорошие результаты приносят и следующие методические приёмы:

1. Индивидуальная оценка уровня освоенных навыков, развития способностей путём наблюдения за ребёнком, его успехами.
2. Создание на занятии обстановки, вызывающей у неуверенных детей желание действовать и перспективы развития и роста.
3. Использование коллективной (командной) работы.

Материально-техническое обеспечение.

Теоретические занятия туристско-краеведческого объединения проходят в спортивном зале или в кабинете: ученические столы – 15 шт., стулья – 30 шт., стол педагога – 1 шт; магнитная доска – 1 шт., мультимедиа экран и проектор. Помещение светлое сухое, просторное и хорошо проветриваемое, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям, а также следующее оборудование: палатки 2-ух местные, спальные мешки, рюкзаки, тренога, вёдра, котелок, топор – 1 шт., пила- 1 шт., лопата – 1 шт., компас – 6 шт., секундомер – 1 шт., верёвки различного диаметра, кухонные принадлежности (кружки, термоса), туристические обвязки, карабины, жумары, каски, спусковое устройство (восьмерка), тент, газовая горелка, медицинская аптечка.

2.3 Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
	Определение степени освоения обучающимися учебного материала. Определение готовности восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление отстающих и	
Итоговая аттестация		
В конце обучения по программе	Определение результатов обучения	Соревнование

Результатом успешного освоения программы является участие в соревнованиях различного уровня, освоение обучающимися знаний и умений, заложенных в программе. Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов по программе являются данные журнала посещаемости объединения, материалы тестирования и зачётов (вопросы тестов, зачётов и анализ результатов), результаты соревнований.

2.4 Оценочные материалы

Способы проверки уровня знаний, умений, навыков и формы подведения итогов:

- педагогическое наблюдение;
- текущий контроль знаний в процессе индивидуальной или групповой работы;
- индивидуальная и групповая беседа с учащимися;

- опрос;
- тестирование;
- письменный зачёт;
- выполнение заданий на время.

Уровень достижений учащегося оценивается по результатам участия в соревнованиях по спортивному ориентированию и технике пешеходного туризма.

2.5 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Методические материалы

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих педагогических технологий:

1. технология группового обучения;
2. технология коллективного взаимообучения;
3. технология развивающего обучения;
4. технология разноуровневого обучения;
5. коммуникативная технология обучения;
6. здоровьесберегающая технология;
7. электронная (дистанционная) технология.

Требования современного учебного занятия:

1. четкая формулировка темы, цели, задачи занятия;
2. занятие должно быть проблемным и развивающим;
3. вывод делают сами обучающиеся;
4. учет уровня и возможностей обучающихся, настроения детей;
5. планирование обратной связи;
6. добрый настрой всего учебного занятия.

Структура очного занятия:

1. Организационный момент.

Введение в проблему занятия (определение цели, активизация и постановка познавательных задач).

2. Изучение нового материала (беседа, наблюдение, презентация, видеоматериал).
3. Постановка проблемы.
4. Практическая работа.
5. Физкультминутка.
6. Обобщение занятия. Подведение итогов работы.

Дидактические материалы.

В процессе проведения учебного занятия используются дидактические материалы:

- спортивные карты туристических местностей Тотемского округа и Вологодской области;
- презентации;
- видеоматериал;
- карточки с топографическими обозначениями;
- карточки по теме «Ориентирование. Азимут»;
- карточки по теме «Костры», «Костры и их назначение»;
- памятки: «Что брать с собой в поход?», «Как вести себя на природе?», «Правила проведения похода»;

-дидактические игры: «Топографический диктант», соревнования по ориентированию; соревнования по технике пешеходного туризма.

2.6 Воспитательный потенциал программы

Туризм и краеведение обладают серьёзным воспитательным потенциалом, выступая связующим звеном между государственной политикой в области науки, культуры, образования, природопользования, экологии и многообразной познавательной деятельностью школьников в этих сферах.

Воспитательный потенциал программы состоит в том, что применяемые интерактивные формы и методы обучения помогают увлечь детей, замотивировать их на активное участие, достижение результатов, коллективную работу и побудить их к осознанному овладению практическими приёмами работы в области спортивного туризма. Важным аспектом воспитательного потенциала программы является привитие интереса к спорту и здоровому образу жизни, к самостоятельной творческой работе, а также формирование физической и коммуникативной культуры.

Воспитательный процесс при реализации программы туристско-краеведческой направленности «Туризм» включает:

- развитие межпоколенческих связей;
- формирование активной жизненной позиции и развитие социально-активной личности;
- создание условий для самореализации в творческой деятельности;
- профилактику асоциального поведения детей и подростков, детской безнадзорности, правонарушений и других социально негативных явлений.

Туризм и краеведение носят общественный характер, поэтому учащиеся получают навыки самоорганизации, самоуправления, самообслуживания. Занятия на свежем воздухе, физические нагрузки во время походов и соревнований способствуют физическому развитию личности.

2.7.Список литературы

Для обучающихся:

1. Клименко, А.И. Карта и компас - мои друзья [Текст]/ А.И. Клименко. - Москва: Детская литература, - 1975. –156 с.
2. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. [Текст]/ Э.Н. Кодыш. - Москва: Физкультура и спорт, - 1990. – 126 с.
3. Константинова, Ю.С. Туристская игротка. [Текст]/ Ю.С. Константинова. – Москва: Гуманитарный издательский центр, - 2000. – 112 с.
4. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии [Текст]/ В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – Москва: ЦДЮТур, - 2001. — 72 с.илл.
5. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. [Текст]/ В.Ю. Попчиковский. – Москва: Профиздат, - 2003. – 224 с.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1997.

Для педагога:

- 1.Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм[Текст]/ Ю.С. Константинов. - Москва: Юрайт, - 2017. – 45 с.
- 2.Куприн, А. М. Занимательно об ориентировании [Текст]/ А. М. Куприн. – Москва: ДОСААФ, - 2002. –25 с.
- 3.Лесогор, Н. А., Толстой, Л. А., Толстая, В. В. Питание туристов в походе. [Текст]/ Н.А. Лесогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – Москва: Пищевая промышленность, 1980. – 96 с.
- 4.Самохин, Ю.С., Самохина, Т.А. Туризм в детском оздоровительном лагере [Текст]/ Ю.С. Самохин, Т.А. Самохина. – Москва: Педагогическое общество России, - 2003. – 82 с.
- 5.Смирнов, Д.В. Методологические основы построения технологий дополнительного образования на этапе

начальной туристско-спортивной подготовки [Текст] / В.Д. Чепик, Д.В. Смирнов, // Доп. образование. – 2001. – № 11 (25). – С. 17-20. (0,9 п.л.); авт. не разделено.

Список Интернет-ресурсов

1. <https://dzen.ru/a/Zkb-xyWiV2MPe-FM>
2. <https://gorodtotma.ru/tourism/>
3. <https://школа-путешественников.рф/>
4. Академия детско-юношеского туризма и краеведения" <http://madut.narod.ru/new.html>
5. Официальный сайт Министерства молодежной политики, спорта и туризма РФ. <http://minstm.gov.ru/>
6. Официальный сайт Туристско-спортивного союза России <http://www.tssr.ru/>
7. Официальный сайт Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения <http://www.turcentrf.ru/>