

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЕВ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЁВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 22»

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
от «29» августа 2025 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 22
Загорудкин Н.В.
«01» 09 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
Школьного туристского клуба
«ГОРИЗОНТ»**

Уровень: базовый
Направленность: туристско-краеведческая
Возраст детей: 11-18 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Аджиев Т.М.
педагог
дополнительного
образования

г.о. Королёв, Московская область
2025г.

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность программы.

В современных условиях государство и общественные институты все активнее и шире культивируют спортивный и рекреационный туризм как одну из наиболее эффективных технологий продуцирования у человека здоровых духовных и физических качеств, а так же познавательных и творческих начал. Туризм в современных условиях представляет собой постоянно развивающуюся систему спортивных и образовательных, рекреационных и культурологических услуг, являясь важным компонентом культурной, экономической и социальной жизни общества. Туристско – краеведческая деятельность учащихся является эффективным социально – педагогическим средством воспитания, а также нравственного и физического оздоровления. Программа рассчитана на обучающихся 11-18 лет. Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, овладение туристическими навыками, позволяющими свободно жить и ориентироваться в природе. Большое внимание уделяется спортивной направленности занятий, это требует круглогодичной тренировки, совершенствования физической подготовки и туристских навыков. Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, экспедиции, участия в соревнованиях, подготовка к которым осуществляется в течение всего года. Она включает краеведческое изучение региона; разработку маршрута; распределение должностно - ролевых обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Уделяется особое внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива. Программа рассчитана на 2 года обучения и является базовой.

При разработке дополнительной общеобразовательной программы учитывались следующие нормативные документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с последующими изменениями);
- Профессиональный стандарт «педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты от 05.05.2018 № 298н;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3 (с изменениями).
- «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». Приказ Министерства просвещения РФ от 3 ноября 2019 г. № 467.
- «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- Федеральный Закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;
- Указ президента РФ от 24.06.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)»;

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Спортивный туризм»;
- Правила вида спортивный туризм», утверждены приказом Минспорта России от 22.07.2013г. №571;
- Приказ Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.2 Направленность и уровень программы.

Дополнительная общеобразовательная программа туристско-краеведческой направленности. Базовый уровень.

1.3 Отличительные особенности и новизна программы.

Отличительная особенность программы в том, что практические занятия проводятся как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятия, времени года. Работа ведется в смешанной разновозрастной группе, возраст обучающихся 11-18 лет. В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в однодневных походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях. После каждого года обучения планируется проведение зачётного многодневного похода, а в начале нового года обучения – общешкольного туристского слета. В наиболее интересных и сложных походах и соревнованиях учащиеся выполняют специальные задания краеведческого и экологического характера. Все занятия в туристическом кружке строятся на основе здоровьесберегающей технологии, объединяющей в себе все направления деятельности объединения по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся. Одним из основных направлений работы является формирование у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, стремления к здоровому образу жизни, формирование практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях.

Новизна программы в практической значимостью туризма, заключающейся в профессиональной ориентации обучающихся и подготовке юношей к службе в рядах вооружённых сил России.

1.4. Адресат программы.

Для обучающихся от 11 до 18 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культурой и туризмом.

1.5. Форма обучения.

Основная форма обучения – очная.

1.6. Объём и срок освоения программы.

Срок реализации программы 2 года. Общее количество часов в программе – 68 часов.

1.7. режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов в год - 68 часов.

Количество занятий и часов в неделю – 1 занятие в неделю.

Продолжительность занятий – 40 минут, что соответствует нормам СанПиН, предъявляемым к организации образовательного процесса в учреждениях среднего и общего образования.

2. Цели и задачи программы

2.1 Цель - создание условий для качественного освоения каждым обучающимся туристских навыков, успешного развития в коллективе и выживания в природе каждого обучающегося.

2.2.Задачи:

- формировать знания и умения, необходимые для самостоятельных разрешений различных ситуаций в ходе соревнований, походов и жизненной деятельности;
- формировать практические навыки и умения поведения в экстремальных ситуациях;
- формировать навыки оказания первой медицинской помощи.
- способствовать физическому и умственному развитию;
- создать условия для индивидуальных психологических возможностей обучающихся, обеспечить их развитие в процессе коллективной деятельности;
- воспитать творческой, активной, самостоятельной личности;
- формировать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;
- формировать стремление у детей к физическому саморазвитию, поддержанию собственного здоровья и ведению здорового образа жизни.
- формировать у обучающихся бережное отношение к природе.

3. Содержание программы. Учебный план.

1 год обучения

| № п/п | Тема | Количество часов | | |
|---------------|---|------------------|--------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| 1. | Введение, техника безопасности на занятиях. | 1 | 1 | 0 |
| 2. | Основы туристской подготовки | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Топография и ориентирование | 8 | 3 | 5 |
| 4. | Основы гигиены и первая доврачебная помощь | 2 | 1 | 1 |
| 5. | Общая и специальная физическая подготовка | 8 | 1 | 7 |
| 6. | Участие в соревнованиях, походах, сборах. | 10 | 1 | 9 |
| ИТОГО: | | 34 | 8 | 26 |

Введение, техника безопасности на занятиях.

Теория (1 час): что включает в себя понятие «туризм», «спортивный туризм», «походы», ориентирование», туристические районы России, правила поведения в спортивном зале, при работе с веревками, карабинами, с острыми, режущими предметами, как себя вести на воде, во время занятий на лыжах.

Основы туристской подготовки

Теория (1 час): походы разных категорий, личное групповое снаряжение (сбор и подготовка), ремонтные работы, обустройство бивуака, как себя вести в лесу, во время движения, подготовка к походу, выбор маршрута, виды переправ, виды костров и их разведение, вода, дрова, движение группой по различным участкам пути, самостраховка, самонаведение, командная страховка, сопровождение, виды препятствий и их преодоление, правила техники пролезания отвесных участков, техника скоростного лазания, техника и тактика преодоления водных препятствий на водных судах (катамаран, байдарка, рафт).

Практика (4 часа): подготовка и комплектование личного и группового снаряжения для многодневного похода, обустройство бивуака (палатки, тенты, костровище, приготовление еды), выбор и безопасное планирование маршрута, ремонтные работы по походному снаряжению, разведение различных видов костров, преодоление препятствий с помощью самостраховки, сопровождения, командной страховки, тренировка по скалолазанию, на искусственном рельефе, плавание на байдарке, катамаране, рафте, участие в соревнованиях по технике пешеходного, водного, лыжного туризма, скалолазания.

Топография и ориентирование

Теория (3 часа): карты (топографическая и спортивная), условные знаки, чтение карты, азимут, виды ориентирования, основы техники и тактики ориентирования, Особенности ориентирования в походе, на участках при отсутствии крупномасштабных карт, способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки.

Практика (5 часов): ориентирование на местности по карте, компасу, природным ориентирам, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, ориентирование в походе, упражнения на отработку навыков ориентирования в различных условиях.

Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория (1 час): основы оказания первой доврачебной помощи (раны, вывихи, ушибы, переломы, растяжения, потеря сознания, солнечный удар, обморожение, остановка кровотечения, разные виды перевязок, транспортировка пострадавшего, лекарственные средства их назначение и применение, помощь при утоплении, при ожогах, отравлениях).

Практика (1 час): решение тестов на знание основ оказания первой доврачебной помощи, практические задания по изготовлению и наложению повязок, транспортировке пострадавшего.

Общая и специальная физическая подготовка

Теория (1 час): основы развития физических качеств (равновесие, гибкость, сила, быстрота, выносливость), способностей, двигательных функций спортсмена, повышение работоспособности.

Практика (7 часов): подвижные игры, упражнения на различные группы мышц, равновесие, координацию, бег, прыжки, игры, эстафеты, упражнения с элементами пешеходной техники, имитация гребли, техника бега в лесу по пересеченной местности, лыжная подготовка, имитационные и подготовительные упражнения.

Участие в соревнованиях, походах

Теория (1 час): личное и командное снаряжение для соревнований, походов, психологический настрой на участие, знакомство с условиями соревнований (умением их понимать и на основе их готовиться к дистанции).

Практика: (9 часов) участие в походах разной сложности, в соревнованиях по ориентированию, технике пешеходного туризма, водной технике, скалолазанию, «Школе безопасности».

Ожидаемый результат

Должны знать:

- требования техники безопасности на тренировках, соревнованиях и в походе;
- способы профилактики заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
- перечень личного и группового снаряжения и правила ухода за ним;
- правила приготовления пищи в походных условиях;
- правила обустройства бивака;
- нормы личной и групповой гигиены, экологические требования к группе;
- функции всех участников на всех этапах подготовки и участия в соревнованиях и походах;
- правила психологического общения в группе;
- условные знаки топографических и спортивных карт, находить азимут, определять масштаб и расстояние между КП на карте.

Должны уметь:

- применять знания по технике туризма на практике;
- ориентироваться на местности;
- уметь проходить все этапы соревнований;
- ремонтировать и изготавливать снаряжение
- выполнять обязанности в походе;
- оказывать первую медицинскую помощь при всех травмах;
- проявлять самостоятельность, дисциплинированность, инициативность;
- активно включаться в коллективную деятельность;
- оценивать достоинства и недостатки своей деятельности.

Итогом 1 года обучения является подготовка и проведение степных и категорийных походов (1-2 категории сложности), участие в городских и областных соревнованиях по туристическому многоборью, спортивному ориентированию и скалолазанию. Умение распоряжаться своим временем, организовывать рабочий процесс, способность контролировать себя в стрессовой ситуации.

Планируемые результаты

Должны знать:

- требования техники безопасности на тренировках, соревнованиях и в походе;
- способы профилактики заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
- перечень личного и группового снаряжения и правила ухода за ним;
- правила приготовления пищи в походных условиях;
- правила обустройства бивака;
- нормы личной и групповой гигиены, экологические требования к группе;
- функции всех участников на всех этапах подготовки и участия в соревнованиях и походах;
- условные знаки топографических и спортивных карт, уметь пользоваться компасом, определять азимут, «читать» карту по рельефу, масштабу;
- знать технику гребли на водных судах (катамаран, рафт, байдарка);
- как организовать страховку, самостраховку, навести перила для преодоления технических препятствий;
- правила психологического общения в группе.

Должны уметь

- уметь применять знания по технике пешеходного, водного туризма, скалолазания на практике;
- уметь ориентироваться на местности;
- знать и уметь проходить все этапы соревнований;
- ремонтировать и изготавливать снаряжение.
- выполнять обязанности в походе;
- выполнять все операции походного быта;
- обеспечивать командное сопровождение;
- самостоятельно готовиться к соревнованиям и походам;
- оказывать первую медицинскую помощь при всех травмах;
- выполнять функции любого участника похода;
- проявлять самостоятельность, дисциплинированность, инициативность;
- активно включаться в коллективную деятельность;
- оценивать достоинства и недостатки своей деятельности.

Итогом 2-го года обучения является подготовка к участию в городских и областных соревнованиях по туристическому многоборью, скалолазанию, ориентированию, выполнение спортивных разрядов. Уметь работать в команде, управлять своим временем, когда необходимо, взять на себя функции лидера (на основе полученных знаний и навыков).

Календарный учебный график

| № | тема занятия | кол-во часов | месяц | форма занятия |
|----|--|--------------|----------|---------------------------------|
| 1 | Туризм как спорт и отдых. История развития туризма, туристские путешествия. Воспитательная роль туризма. Инструктаж по ТБ. | 1 | сентябрь | беседа, просмотр видео «Туризм» |
| 2. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | 1 | сентябрь | беседа, практическое занятие |
| 3. | СО как вид спорта. Виды СО. Понятие о топографической и спортивной карте. | 1 | сентябрь | беседа, практическое занятие |
| 4. | Общая физическая подготовка. Спортивные игры | 1 | сентябрь | практическое занятие |
| 5. | Условные знаки, азимут, ориентирование - «Лабиринт» | 1 | октябрь | практическое занятие |
| 6. | Общая физическая подготовка. Спортивные игры | 1 | октябрь | практическое занятие |
| 7. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | 1 | октябрь | практическое занятие |
| 8. | Учебно-тренировочный поход | 1 | октябрь | практическое занятие |
| 9. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. | 1 | ноябрь | практическое занятие |

| | | | | |
|--------|--|---|---------|-------------------------------|
| | Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | | | |
| 10. | Соревнования по скалолазанию (школьный этап) | 1 | ноябрь | практическое занятие |
| 11. | Соревнования ориентирование «Кубок лабиринтов» | 1 | ноябрь | практическое занятие |
| 12. | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. | 1 | ноябрь | практическое занятие |
| 13. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | 1 | декабрь | практическое занятие |
| 14. | Ориентирование | 1 | декабрь | практическое занятие |
| 15. | Общая физическая подготовка. Спортивные игры. | 1 | декабрь | практическое занятие |
| 16-18. | Учебно-тренировочный поход | 3 | декабрь | практическое занятие |
| 19. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | 1 | январь | практическое занятие |
| 20. | Навесная переправа, параллельные веревки. Узлы. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Траверс, дюльфер. Спуск с наведением и сдергиванием перил. Командная техника. | 1 | январь | практическое занятие |
| 21-22. | Техника туризма. Организация сопровождения и командной страховки, отработка элементов этапов. | 2 | февраль | беседа, практическое занятие. |
| 23-24. | Ориентирование на лыжах | 2 | февраль | практическое занятие |
| 25. | Техника туризма | 1 | март | практическое занятие |
| 26. | Ориентирование на лыжах | 1 | март | практическое занятие |
| 27. | Ориентирование на лыжах | 1 | март | практическое занятие |
| 28. | ОФП. Спортивные игры. | 1 | март | беседа, практическое занятие |
| 29-30. | Учебно-тренировочный поход | 2 | апрель | практическое занятие |
| 30-34 | Соревнования по технике водного туризма | 4 | май | практическое занятие |

2. «Комплекс форм аттестации»

Степень подготовленности обучающихся в конце учебного года обучения определяется на туристском спортивном уровне, техническая подготовка проверяется на соревнованиях по спортивному туризму различных уровней. Общая физическая подготовка проверяется два раза в год при сдаче контрольных нормативов.

Долгосрочная программа по туризму имеет чётко прогнозируемые промежуточные и конечные результаты на каждом временном этапе. Формами контроля являются: наблюдение (на занятиях, соревнованиях, походах), собеседование (с обучающимися, родителями), участие в соревнованиях, спортивные достижения, тесты из задания на знания теории содержания программы. Образовательным результатом является освоения обучающимся содержания программы.

Оценочные материалы

- контрольные нормативы по физической и технической подготовке, тестирование теории 2 раза в течении учебного года;
- тесты на знание основ оказания первой доврачебной помощи;
- участие и результаты в соревнованиях, походах в течении учебных лет;
- прохождение промежуточной и итоговой аттестации.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах;
- инструкторская и судейская практика обучающихся.

На тренировочных занятиях применяются следующие методы обучения спортивной технике и совершенствования в ней:

- словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий «противника» и др.)
- наглядный (показ отдельных упражнений, учебные фильмы, видеофильмы)
- практический: методы, направленные на освоение спортивной техники (разучивание упражнения в целом и по частям)
- методы, направленные на развитие двигательных качеств (повторный, переменный, интервальный, соревновательный и др.)

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Воспитательный компонент

Календарный план воспитательной работы составляется на учебный год с учетом следующих основных задач воспитательной работы:

- формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- формирование основ безопасного поведения при занятиях спортом;
- развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- воспитание творческой, активной, самостоятельной личности;
- воспитывать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;
- воспитывать стремление у детей к физическому саморазвитию, поддержанию собственного здоровья и ведению здорового образа жизни.
- воспитывать у обучающихся бережное отношение к природе.

| Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |
|--------------------|--|------------------|
| Судейская практика | Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и | В течение года |

| | | |
|---|--|----------------|
| | <p>проведения спортивных соревнований в качестве помощника судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований внутри объединения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; | |
| Инструкторская практика | <p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам. | В течение года |
| Организация и Проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | <p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей. | В течение года |
| Теоретическая подготовка. Воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн). Готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | <p>Мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия.</p> | В течение года |
| Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | <p>Участие в:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках | В течение года |

3.2. Материально-техническое обеспечение.

Для реализации программы необходимо аудиторное помещение, обеспеченное техническими средствами и оборудованием.

При изложении теоретического материала: компьютер, мультимедийный проектор, комплект топографических, спортивных карт, фотографии, слайды туристических объектов.

При проведении практических занятий:

- спортивный зал;
- скалодром;
- маты;
- верёвки;
- каски;
- страховочное оборудование (обвязки, карабины, ролики, перчатки....);
- лыжные комплекты;
- компаса;
- рюкзаки;
- палатки;
- котелки;
- спальники;
- туристические коврики.

3.3. Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогическим работником, обладающим профессиональными знаниями и компетенциями.

3.4. Информационно-методическое обеспечение.

Учебно-методический комплекс (используемый в процессе реализации настоящей программы) включает в себя:

- нормативные документы, определяющие формы туристско-краеведческой деятельности обучающихся;
- сборник диагностических заданий к дополнительной общеобразовательной программе «Техника пешеходного туризма»;
- видеотеку;

Демонстрационный материал: карты районов походов с нанесенной ниткой маршрута, фотоматериал о районе совершения похода; регламенты проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (дистанции пешеходные, лыжные, на средствах передвижения);

- инструкция по организации и проведению туристских мероприятий с учащимися и воспитанниками образовательных учреждений РФ;
- раздаточный материал: памятки «Примерный список группового снаряжения для совершения однодневного похода (летний и осенний периоды)», «Список индивидуальной аптечки (без лекарственных препаратов)», «примерный список личного снаряжения для совершения однодневного похода (летние и осенние периоды)».

Список используемой литературы

- Ривкин Е.Ю. «Организация туристической работы со школьниками». М., 2001 г.
- Курцев П.А. «Медико – санитарная подготовка учащихся» М., «Просвещение», 2002г.
- Географическое краеведение. Региональный компонент. 6 класс. ТОИПКРО, 2006г.
- Ю.С. Константинов «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.
- Алексеев А.А. «Питание в туристском походе».
- Маслов А.Г. , Константинов Ю.С., Дрогов И.А., «Полевые туристские лагеря», М., 2000 г.

- Алексеев Н.Г., Гущина М.В. «развитие исследовательской деятельности учащихся» - Москва, «Народное образование», 2001;
 - Володин В.А. «Энциклопедия для детей» Т.19. Экология. М.: Аванта +, 2001;
 - Константинов В.М. «Охрана природы» Москва, «Академия», 2000.
- 