

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Школа тур мастерства» разработана в соответствии с п.9 ст.2 Федерального закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа направлена нараскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся; овладение туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход.

**Актуальность программы** вызвана ростом числа детей, пострадавших в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и криминогенного характера.

Обучение большинства обучающихся общеобразовательных учреждений по программе курса ОБЖ в настоящее время осуществляется в учебное время. Но этого недостаточно для успешного получения практических навыков и умений по действиям в ЧС природного характера. Занимаясь в туристско – спортивном объединении, ребята осваивают и закрепляют туристические навыки, умение рационально использовать силы и средства для преодоления возникающих трудностей. В детях воспитывается ответственность за порученное дело. Всё это позволит обучающимся умело ориентироваться во внезапно возникшей экстремальной ситуации, быстро принимать решение и решительно действовать.

**Цель** программы:

- пропаганда и популяризация основ безопасности жизнедеятельности, здорового образа жизни

- повышение технического и тактического мастерства, при прохождении дистанций, имитирующих и воссоздающих экстремальные ситуации пребывания человека (группы) в естественных условиях.

**Задачи** программы:

Обучающие:

- научить ориентироваться на незнакомой местности

- научить составлять простейшие схемы маршрутов

- осваивать методы наблюдения, следопытства и прослушивания, для определения своего местонахождения

- овладению умений по оказанию само – и взаимопомощи

- научить технике пешего туризма

- научить навыкам спортивного ориентирования, с целью дальнейшей профориентации

Равивающие:

- развивать волевые качества, умение принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за окружающих

- развивать память и внимание

- развивать деловую и познавательную активность

- развивать физическую и психическую выносливость

Воспитательные:

- воспитывать патриотизм

- воспитывать привычку рационально использовать свободное время

* воспитывать чувство коллективизма.

## Планируемые результаты

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| К предметным результатам относятся усвоенные младшим школьником в процессе внеурочной деятельности знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самодеятельности в туристской группе (команде); опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки, специфичные для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.  В результате обучения по программе ребенок  будет уметь:   * собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;   оказывать доврачебную помощь пострадавшему;   * ориентироваться по компасу и топографической карте; * применять на практике технику вязания узлов; * организовать питание в походных условиях; * разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе;   Будет знать:   * виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;   правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;   * правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе; * принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки; * способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки; * виды туристских узлов и способы их применения; * "составные части" туристского бивака и правила расположения его элементов;   В результате обучения по программе у ребенка   * будет сформирована общая культура личности, способной адаптироваться в современном обществе; * будут сформированы жизненная самостоятельность и волевые качества; * будут воспитаны трудолюбие, ответственность, дисциплинированность; * будет воспитано стремление к саморазвитию; * будет воспитана потребность в здоровом образе жизни;   будут выработаны организаторские навыки, умение вести себя в коллективе | К метапредметным результатам относятся освоенные школьником универсальные способы деятельности, применимые как в рамках внеурочной деятельности (образовательного процесса), так и в реальных жизненных ситуациях. | К личностным результатам относится система ценностных ориентаций школьника, отражающих его индивидуально-личностные, позиции, мотивы и отношение к активному участию во внеурочной деятельности, социальные чувства, личностные качества. Личностные универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет школьнику выполнять разные социальные роли («гражданин», «школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник» и др.) и профессиональные роли («путешественник», «знаток», «дежурный», «командир», «капитан», «штурман» и др.). |

**Направленность программы: туристско-спортивная.**

**обоснованность сроков и этапов реализации.** Программа организуется для учащихся в возрасте 9-17 лет, которая рассчитана на один год обучения (один раз в неделю по 1 часу, 34ч.). Для эффективной работы кружка в группе должно заниматься не менее 12-15 учащихся.

**Форма обучения** – очная.

**Новизна (отличительные особенности)** заключается в ее интегративном характере. С одной стороны, это возможность варьировать виды туризма (пеший, водный, велосипедный, экспедиционный, поисково-исследовательский), степень и категорию сложности в зависимости от возраста и опыта участников, с другой стороны – это использование образовательного потенциала туризма (практическая разработка туристических маршрутов своего населенного пункта, района, региона, выбора темы и направления исследований).

**Адресат программы** учащиеся общеобразовательной школы, мальчики и девочки 3-11 классов.

**Педагогическая целесообразность программы**

В ходе реализации Программы, помимо физического, этического, интеллектуального и креативного развития детей, происходит развитие межпредметных связей по общеобразовательным предметам: география, краеведение, история, биология, физика, физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности, экология. В условиях туристско- краеведческой деятельности моделируются практические жизненные ситуации, в которых возникает необходимость применения знаний, полученных в рамках школьных общеобразовательных программ. Обучающиеся так же приобретают практические навыки оказания первой доврачебной помощи, выживания в экстремальных ситуациях, у них повышается уровень психологической защищенности от внешней агрессивной социальной среды, развивается коммуникабельность. В процессе реализации Программы проходит и обучение школьников проектной, исследовательской деятельности.

В рамках данной Программы используются различные формы социально-педагогической работы с подростками, в том числе для обучающихся, требующих особого педагогического внимания такие, как:

**-** *организация социальной среды* **–** создание негативного общественного мнения по отношению к отклоняющемуся поведению. Данная форма работы основывается в первую очередь на личном примере руководителя, его установках на здоровый образ жизни, трезвость;

* *информирование* **–** проведение лекций, бесед;
* *активное обучение социально-важным навыкам* **–** организация групповых тренингов в ходе проведения экскурсий и походов, взаимодействие с внешними организациями (социальными партнёрами);
* *организация активной деятельности –* познание (путешествия), испытание себя (походы, спорт), значимое общение, творчество, деятельность (в том числе профессиональная, духовная, благотворительная);

**-** *организация здорового образа жизни* **–** здоровое питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима труда и отдыха, общение с природой;

* *активизация личностных ресурсов* **–** активное занятие спортом, творческое самовыражение.

## Тематический план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N | Название разделов, тем | Количество часов | | | формы промежуточной аттестации. |
| Всего | Теория | Практика |
| 1. | Введение. | 1 | 1 | - | однодневный поход |
| 2. | Окружающая среда и факторы опасности | 2 | 2 | - |
| 3. | Экстремальные природные ситуации | 2 | 1 | 1 |
| 4. | Снаряжение | 7 | 3 | 4 |
| 5. | Аварийный бивак | 5 | 1 | 4 |
| 6. | Ориентирование в сложных погодных условиях. Ориентирование по компасу | 9 | 4 | 5 |
| 7. | Техническая подготовка | 6 | 2 | 4 |
| 8. | Туристские походы | 2 | - | 2 |
|  | Итого | 34 | 14 | 20 |

**Ожидаемые результаты обучения**

* расширенные представления о туристических возможностях родного края.
* в совершенстве пользоваться веревками.
* работать со снаряжением и страховкой.
* самостоятельно проводить походы.

## Содержание программы

Содержание программы каждый год включает одни и те же разделы, но каждый год мы сначала повторяем, а потом углубляем знания, изучаем другие приемы работы, усложняем ее.

**Введение.**  Туристско-экскурсионные возможности родного края.

**Окружающая среда и факторы опасности.** Стихийные бедствия и аномальные климатические явления. Опасности, связанные с действиями человека.

**Экстремальные природные ситуации.**

**Теория:** Поведение человека в экстремальной ситуации. Анализ экстремальной ситуации.

**Практика:** План действия и выход из экстремальной ситуации. Сигналы бедствия.

**Снаряжение.**

**Теория:** Особенности снаряжения для походов в различные времена года. Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе. Особенности снаряжения для зимнего похода.

**Практика:** Одежда и обувь для зимних походов. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток. Упаковка и переноска палаток. Состав и назначение ремнабора, обязанности «реммастера» до и во время похода.

**Аварийный бивак.**

**Теория:** Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика.

**Практика:** Построение защиты от ветра, дождя, снега. Подбор древесины для костра. Типы костров и их характеристика. Разведение костра без спичек.

**Ориентирование в сложных погодных условиях. Ориентирование по компасу.**

**Теория:** Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж). Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам. Работа с картой и компасом.

**Практика:** *О*риентирование без карты и компаса, по часам. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов. Действия группы при потере ориентировки.

**Техническая подготовка.**

**Теория:** Движение на маршруте по тропам. Движение на подъемах и спусках различной крутизны и твердости грунта.

**Практика:** Преодоление завалов, скопления валунов, ям, канав. Водные переправы. Движение по лесу. Узлы, их группы и применение.

**Туристские походы.** Пешеходный поход. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчёта, технического и краеведческого описания маршрута.

**Условия реализации программы:**

* + материально-технические условия :
* Аптечка индивидуальная
* Коврик туристический
* Компас
* Лопата саперная малая
* Одеяло-спальный мешок
* Палатка туристическая
* Пила
* Рюкзаки
* Топор
* Фляга-термос 12л

- информационно-методические условия ( методические материалы)

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год обучения** | **Дата начала обучения по программе** | **Дата окончания обучения по программе** | **Всего учебных недель** | **Количество учебных часов** | **Режим занятий** |
| **1 год** |  |  | 34 | 34 | 45 минут |
| **Всего:** |  |  |  |  |  |

## Календарно -тематический план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название тем | Кол-во часов | Дата проведения занятия | | Примечание |
| по плану | по факту |
| 1 | Беседа о туризме и о значении туризма для человека | 1 | 05.09 |  |  |
| 2 | Условия участия в походах. Инструктаж по ТБ. | 1 | 12.09 |  |  |
| 3 | Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. | 1 | 19.09 |  |  |
| 4 | Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования. | 1 | 26.09 |  |  |
| 5 | Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута. | 1 | 03.10 |  |  |
| 6 | Способы ориентирования по местным признакам | 1 | 10.10 |  |  |
| 7 | Чтение и изображение топознаков. | 1 | 17.10 |  |  |
| 8 | Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки. | 1 | 24.10 |  |  |
| 9 | Определение азимута. Движение по азимуту. | 1 | 31.10 |  |  |
| 10 | Разработка похода. | 1 | 07.11 |  |  |
| 11 | Основные приемы страховки. | 1 | 14.11 |  |  |
| 12 | Узлы. | 1 | 21.11 |  |  |
| 13 | Основные и вспомогательные веревки. | 1 | 28.11 |  |  |
| 14 | Карабины. | 1 | 05.12 |  |  |
| 15 | Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий. | 1 | 12.12 |  |  |
| 16 | Вязание узлов на время. | 1 | 19.12 |  |  |
| 17 | Надевание страховочной системы на время. | 1 | 26.12 |  |  |
| 18 | Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами. | 1 | 09.01 |  |  |
| 19 | Прохождение туристической полосы препятствий. | 1 | 16.01 |  |  |
| 20 | Личное и групповое снаряжение | 1 | 23.01 |  |  |
| 21 | Костровое оборудование. | 1 | 30.01 |  |  |
| 22 | Организация питания в походах разной продолжительности. | 1 | 06.02 |  |  |
| 23 | Правила приготовления походных блюд. | 1 | 13.02 |  |  |
| 24 | Составление меню и раскладка продуктов для похода. | 1 | 20.02 |  |  |
| 25 | Распределение веса на маршрут. | 1 | 27.02 |  |  |
| 26 | Общие гигиенические требования в походе. | 1 | 05.03 |  |  |
| 27 | Требования к одежде и обуви. | 1 | 12.03 |  |  |
| 28 | Питьевой режим. Обеззараживание воды. | 1 | 19.03 |  |  |
| 29 | Виды повязок. | 1 | 26.03 |  |  |
| 30 | Вывихи. Раны и ссадины. Переломы. | 1 | 02.04 |  |  |
| 31 | Укусы змей и насекомых. | 1 | 09.04 |  |  |
| 32 | Наложение повязок на рану. | 1 | 16.04 |  |  |
| 33 | **Однодневный поход** | 1 | 23.04 |  |  |
| 34 | Остановка кровотечения с помощью жгута. | 1 | 30.04 |  |  |
|  | Итого | 34 | 07.05 |  |  |

**Методы обучения:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Словесные | Наглядные | Практические |
| устное изложение | показ видеоматериалов | тренинг |
| беседа, объяснение | показ педагогом приемов исполнения | тренировочные упражнения |
|  | наблюдение |  |
|  | работа по образцу |  |

**Тип занятия** – комбинированный.

Каждое занятие включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретические сведения — это объяснение нового материала, информация познавательного характера. Практические работы включают в себя ориентирование на местности, отработка вязания узлов, преодоление препятствий, оказание первой медицинской помощи, учебно-тренировочный поход.

**Формы проведения занятий - беседа, практическое занятие, поход, экскурсия, эстафета.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название тем | Формы контроля |
| 1. | Введение. | опрос |
| 2. | Окружающая среда и факторы опасности | Контролные задания |
| 3. | Экстремальные природные ситуации | Контрольные задания |
| 4. | Снаряжение | Опрос, тест |
| 5. | Аварийный бивак | Опрос, Контрольные задания |
| 6. | Ориентирование в сложных погодных условиях. Ориентирование по компасу | Составление карты маршрута |
| 7. | Техническая подготовка | Разбивка бивака |
| 8. | Туристские походы | однодневный поход |

**Формы контроля по каждой теме методы оценки качества освоения** программного материала по каждому году обучения (соответствии с протоколом промежуточной аттестации) **походы выходного дня, однодневные и многодневные походы.**

**ПРОТОКОЛ**

промежуточной аттестации

обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе

Учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа

Ф. И. О. педагога

Дата проведения

Форма проведения

Форма оценки результатов

Члены аттестационной комиссии:

Результаты аттестации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ф. И. обучающегося | Год обучения | Итоговая оценка |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Анализ промежуточной аттестации обучающихся**

**по дополнительной общеобразовательной программе**

Количество учащихся (%), полностью освоивших дополнительную общеобразовательную программу

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество учащихся (%) освоивших дополнительную общеобразовательную программу в необходимой степени

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество учащихся (%) не освоивших дополнительную общеобразовательную программу

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество воспитанников (%,) переведенных на следующий год или этап обучения по дополнительной общеобразовательной программе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество учащихся (%) не переведенных на следующий год или этап обучения по дополнительной общеобразовательной программе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Причины невыполнения детьми промежуточной аттестации по дополнительной общеобразовательной программе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Необходимость коррекции дополнительной общеобразовательной программы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Список литературы**

**литература для педагога**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. М.: Физкультура и   спорт, 1983.
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М.: Профиздат, 1985.
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
4. Беляева В.С., Василевская С.Д. Изучаем природу родного края. М.: Просвещение, 1974.
5. Бородина И.Н. Деревья и кустарники СССР. Справочник. М.: Мысль, 1996.
6. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
7. Волович В.Г. Академия выживания. М.: «Толк», «Технополюс», 1996.
8. Второв П.П., Дроздов Н.Н. Определитель птиц фауны СССР. Пособие для учителей. М.: Просвещение, 1980.
9. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
10. Гладков Н.А., Михеев А.В., Гладушин В.М. Охрана природы. М.: Просвещение, 1975.
11. Горышина Т.К. Экология растений. М.: Высшая школа, 1975.
12. Зорина Т.Г. Школьникам о лесе. М.: Педагогика, 1976.
13. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.: ЦДЮТиК, 2003.
14. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М.: ЦДЮТиК, 2002.
15. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
16. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
17. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменно отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
18. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: Владос, 2000.
19. Рыков Н.А. Зоология с основами экологии животных. М.: Просвещение, 1981.
20. Формозов А.Н. Спутник следопыта. М.: Детиздат, 1975.

**Литература для обучающихся и родителей**

1. Верн Ж. Дети капитана Гранта. — Л., 1984.

2. Дефо Д. Робинзон Крузо. — Л. : Лениздат, 1933

3. Чуковский Н. Водители фрегатов (Книга о великих мореплавателях). — М.: Детская литература, 1984

4. Прохоров А.И. Советы юного туриста. М.: Детгиз, 1960

 5. Ромашков Е. Туристский поход в выходной день. М.: Профиздат, 1964.

6. Рощин А.Н. Ориентирование на местности. М.: Высшая школа, 1982.

7. Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г. Юные туристы-краеведы. Программы

для системы дополнительного образования детей. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004.

8. Соловьёв Э.Я. Поведение в экстремальных ситуациях. М.: ИВФ Антал, 1996.

9. Справочник туриста (сост. Онищенко В.В.). Харьков: Фолио, 2007.

10. Суперанская А.В. Что такое топонимика? М.: Наука, 1985.

11. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. М.: ЦДЮТур МО РФ,1997

12. Шибаев А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы

предсказывать погоду? Программированные задания. М.: ЦДЮТур МО РФ,1996.

13. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. М., 1985.

14. Штюрмер Ю.А. Маркировка туристических маршрутов. М.: ЦРИБ Турист, 1975.

15. Юньев И.С. Краеведение и туризм. М.: Знание, 1974.

16. Юшманов Е. Безопасность туристских путешествий. М.: Физкультура и спорт, 1968.

17. Ярошенко В.В. Туристический клуб школьников. М.: ТЦ Сфера, 2004.