***Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей***

***«Дом детского творчества г. Ершова Саратовской области».***

***«Утверждено» педагогическим Советом МОУ ДОД «Дом детского***

 ***Творчества г. Ершова***

***Саратовской области»***

 ***Протокол 1 от 04.09.2001 г.***

***Дополнительная образовательная программа***

***туристско-краеведческого объединения «Улитка»***

 ***Направленность туристско-краеведческая***

 ***Возраст детей - средний и старший***

 ***Срок реализации - 6 лет.***

 ***Тип программы - авторская.***

 ***Программа разработана Медведевой***

 ***Ириной Николаевной, педагогом***

 ***дополнительного образования ДДТ.***

***г.Ершов***

***2001г.***

**Пояснительная записка.**

 Предлагаемая в этой программе примерная тематика занятий объединения юных туристов имеет в виду, прежде всего ознакомление детей со своим краем, овладение определённым кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

 Программа объединения юных туристов имеет туристско-краеведческую направленность.

 Туристско-краеведческая работа является одной из наиболее ответственных, т.к. связана с обеспечением здоровья детей. Походы имеют большую воспитательную ценность, т.к. в них сочетается познание родного края, оздоровление и физическое развитие.

 Занятия туризмом не дают такого развития мускулатуры, как бокс или борьба, но закалке туриста позавидуют и многие спортсмены. Опытным любителям странствий не страшны ни ветер, ни холод, ни дождь. Редкий путешественник получит хотя бы насморк после целого дня пути в мокрых носках и обуви. Да и к тому же, кто не раз побывал в походах не только физически здоровее и выносливее, но и способен делать многое столь необходимое в жизни. Заботиться о других, становиться самостоятельнее. Юные путешественники учатся лучше. Одна воскресная прогулка по азимуту даст ребятам навыков по топографии и ориентированию не меньше чем несколько уроков географии. Одновременно «подучат» биологию. Почему в гору идти тяжелее? Придется вспомнить физику - работу в поле земного тяготения, а чтобы узнать ширину реки, высоту дерева используют методы геометрии. Путешествие по памятным местам, встречи с ветеранами ВОВ и локальных войн. Одно дело прочитать о них в учебнике истории, другое - услышать рассказ очевидцев. Увидеть места, где несколько сотен лет тому назад стояло село. Все это, наверное, лишь сотая часть того путешествия. Отсюда:

***Цель программы: Ознакомление детей с историей и природой родного края,***

 ***воспитание патриотизма и люби к истории и природе***

 ***родного края, формирование туристских умений и навыков.***

***Задачи программы: - Формирование общего представления о всех видах***

 ***туризма, об их содержании и особенностях.***

 ***- Изучение природы родного края, истории, жизни и***

 ***деятельности знатных земляков.***

 ***- Изучение и применение на практике туристских***

 ***навыков.***

 ***- Воспитание физически здорового, слаженного дружного***

 ***коллектива.***

 Программа «У похода есть начало» создавалась на базе разновозрастного коллектива. Возраст детей 10 - 15 лет. Срок реализации дополнительной образовательной программы рассчитан на 6 лет. Занимаются дети 1 день в неделю, продолжительность занятия - 2 часа (1 час - 45 мин.)

 Формы занятий - теоретические, практические, походы и экскурсии.

 В результате выполнения программы, учащиеся должны овладеть

навыками и умениями, необходимыми путешественнику в походе, умениями вести наблюдения, исследования и обрабатывать полученные результаты, составлять карты и схемы маршрутов, умение оказывать первую медицинскую помощь и т.д.

 Способами проверки ожидаемых результатов являются малые

туристические слёты, туристические вечера, однодневные, двухдневные и многодневные походы.

 Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы туристско-краеведческого объединения «Улитка» «У похода есть начало» являются районный туристический слет учащихся, многодневный поход, участие в городских и районных краеведческих учебно- исследовательских конференциях, викторинах и т.д.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(1 - ый год обучения).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов и****тем** | **Количество часов** |
| **Общее** | **Теория** | **Практик.** |
|  **Вводная часть - 2 часа** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Раздел «Туристская техника» - 10 часов** |
| 1 | Организация похода. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Разработка маршрута туристическогопохода. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Турист в пути. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Снаряжение туриста | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «Готовимся в поход». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Топография. Ориентирование» - 14 часов.** |
| 1 | Топографические карты. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Топографические знаки. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Компас | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Азимут | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Измерение расстояний. | 1 | - | 1 |
| 6 | Ориентирование по небесным светилам и особенностям местных предметов. | 1 | 1 | - |
| 7 | Ориентирование на местности | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Итоговое занятие «Куда тебя приведёт азимут?» | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Туристская полоса препятствий» - 10 часов.** |
| 1 | Установка палатки. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Костёр. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Техника передвижения. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Узлы. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «Туристическая полоса препятствий». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Гигиена туриста» - 8 часов.** |
| 1 | Гигиена туриста. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Оказание первой медицинской помощи. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Переноска пострадавшего. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Итоговое занятие «Помоги себе сам». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Путешествия» - 28 часов** |
| 1 | Учебные походы. | 20 | **-** | 20 |
| 2 | Экскурсии. | 8 | **-** | 8 |
|  | **Всего за год:** | **72** |

 **Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 1-ый год обучения).*

**Вводная часть.** Беседа о туризме и работе кружка, о значении туризма для

человека. Заполнение анкет членов объединения.

**Туристская техника.** Спортивное и краеведческое содержание похода. Нормы

 переходов. Движение по ровной и пересеченной местности.

 Строй, темп, режим, интервал, построение цепочки.

 **Практические занятия.** Чистка, ремонт и сдача снаряжения.

 Оформление туристского дневника. Оформление документации.

**Топография. Ориентирование.** Стороны горизонта. Устройство компаса. Ис-

 пользование компаса в походе. Ориентирование с помощью

 компаса и карты. Знакомство с топографической картой.

 Масштаб.

 **Практические занятия.** Определение сторон горизонта с

помощью компаса. Ориентирование в походе. Глазомерная съёмка расстояний до заданного предмета. Зарисовка топографических знаков; топографический диктант; чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.

**Туристская полоса препятствий.** Устройство туристской палатки. Типы кост-

 ров и их значение. Костровое оборудование. Виды переправ.

 Туристские узлы. Для чего они служат.

**Практические занятия.** Установка палатки на время. Розжиг костра с одной спички.

**Гигиена туриста.** Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами

и обувью туриста во время похода. Гигиенические требования к одежде. Оказание первой доврачебной помощи. Переноска пострадавшего.

**Практические занятия**. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.Различные виды переноски пострадавшего.

**Путешествия.** Прохождение учебно-тренировочных походов. Ознакомление

 с природой и достопримечательностями своего края в ходе

экскурсий и походов. Отработка движения колонной, преодоление препятствий, использование карты и компаса во время похода. Развёртывание бивака.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной образовательной программы**

**«У похода есть начало»**

*(1-ый год обучения).*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Туристская техника | Беседа. Занятие-практикум. Игровое занятие | Начальное диагностирование, методдемонстрации, наблюдения, анализа. | Игровая программа «Готовимся в поход». |
| Топография. Ориентирование | Комплексное занятие, практическое занятие, соревнование | Промежуточное диагностирование, игра спортивная, иллюстративно – объяснительный метод | Игровая программа «Куда тебя приведёт азимут?» |
| Туристская полоса препятствий | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся, соревнование | Методдемонстрации, наблюдения, анализа, включение обучающихся в ситуации преодоления трудностей для достижения целей | Спортивно-туристическое соревнование «Туристическая полоса препятствий». |
| Гигиена туриста | Беседа. Занятие-практикум. Игровое занятие | Методдемонстрации, наблюдения, анализа, включение обучающихся в ситуации преодоления трудностей для достижения целей | Игровое занятие «Помоги себе сам». |
| Путешествия | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты первого года обучения.**

 Усвоение детьми азбуки туризма, т.е. начальных сведений по

организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных

сведений о своём крае, об элементарных понятий об ориентировании на

местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной

помощи при заболеваниях и травмах.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 2-ой год обучения).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов,****тем** | **Количество часов** |
| **Общее** | **Теория** | **Практ.** |
| **Вводная часть - 2 часа** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Раздел «Природа родного края и его история» - 10 часов** |
| 1 | Растительный мир Ершовского района.  | 1 | 1 | - |
| 2 | Животный мир Ершовского района. | 1 | - | 1 |
| 3 | Охрана природы и экологическая обстановка в районе. | 1 | 1 | - |
| 4 | Изучение промышленного предприятия. | 2 | - | 2 |
| 5 | Изучение сельскохозяйственного предприятия | 1 | 1 | - |
| 6 | Изучение транспортного предприятия. | 2 | - | 2 |
| 7 | Работа в краеведческом музее. | 1 | - | 1 |
| 8 | Итоговое занятие «Мой край - земля Ершовская». | 1 | - | 1 |
| **Раздел «Туристическая группа в походе» - 8 часов** |
| 1 | Организация похода. | 1 | 1 | - |
| 2 | Снаряжение туриста. | 1 | - | 1 |
| 3 | Турист в пути. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Техника передвижения. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «Счастливого пути». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Туристская техника» - 8 часов** |
| 1 | Установка палатки. | 2 | - | 2 |
| 2 | Туристские узлы. | 2 | - | 2 |
| 3 | Костёр. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Итоговое занятие «Туристская полоса препятствий». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Ориентирование. Топография» - 10 часов** |
| 1 | Компас. Азимут. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Измерение расстояний. | 1 | - | 1 |
| 3 | Топографическая подготовка юного туриста.  | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Топографическая карта. Условные знаки топографических карт | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Итоговое занятие «Живые знаки». | 1 | - | 1 |
| **Раздел «Гигиена туриста» - 8 часов** |
| 1 | Туристский быт. | 1 | 1 | - |
| 2 | Правила санитарии. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Доврачебная помощь. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Переноска пострадавшего. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «Будь здоров!» | 1 | - | 1 |
| **Раздел «Походы. Экскурсии» - 26 часов.** |
| 1 | Походы. | 20 | - | 20 |
| 2 | Экскурсии. | 6 | - | 6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Всего часов за год: | **72** |

**Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(2 - ой год обучения).*

**Вводная часть.** Обсуждение летнего однодневного похода. Подведение итогов

 работы за год. Распределение обязанностей в группе.

**Природа родного края и его история.** Дальнейшее углубление знаний о своём

 крае: географическое положение и туристические возможности,

животный и растительный мир, промышленность, сельское хозяйство, транспорт, население, культура.

**Практические** **занятия.** Работа с физической и административной картой Ершовского района и Саратовской области и нанесение на них маршрутов путешествия. Краеведческие викторины.

 Работа в районном краеведческом музее.

**Туристическая группа в походе.** Особенности снаряжения для многодневных

походов. Упаковка и переноска палаток. Значение, режим и особенности организации питания. Составление меню. Понятие о тактике и технике в пешеходном туризме. Основные параметры, маршрутов различной категории сложности.

 **Практические занятия.** Разработка примерного плана одного

 походного дня. Разработка примерного меню одного походного

 дня. Разбивка бивака. Укладка рюкзака.

**Туристская техника.** Виды и нормы нагрузок в летних пешеходных и зимних

лыжных походах. Значение уровня подготовленности и снаряжённости группы. Виды костров. Туристские узлы и их значение.

 **Практические занятия.** Вязка узлов. Оформление карточек по

 теме «Костёр». Разработка пешеходных маршрутов.

**Ориентирование. Топография.** Знакомство с различными видами компасов.

Азимут. Движение по заданному азимуту. Измерение расстояний на глаз, шагами, шагомером. Ориентирование по небесным светилам и местным предметам. Виды топографических карт. Чтение

карты по топографическим знакам. Способы изображения рельефа на картах.

**Практические занятия.** Зарисовка новых топографических знаков. Работа с картой. Зарисовка плана местности с помощью топографических знаков.

**Гигиена туриста.** Общие гигиенические требования. Умывание. Поддержка

чистоты тела, ног во время похода. Питьевой режим. Приёмы самоконтроля. Оказание первой доврачебной помощи.

**Практические занятия.** Практика в оказании первой доврачебной помощи.Переноска пострадавшего. Изготовление носилок из подручного материала.

**Походы. Экскурсии.**  Закрепление теоретических знаний на практике. Учебные

походы. Экскурсии на предприятия города, в сёла района, города области.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(2-ой год обучения).*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Природа родного края и его история | Беседа. Занятие-практикум. Экскурсия. Игровое занятие,исследование | Начальное диагностирование, методдемонстрации, наблюдения, анализа. | Игровая программа «Мой край - земля Ершовская». |
| Туристическая группа в походе | Исследовательское занятие, занятие-практикум, беседа, соревнование | Метод исследования, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Игровая программа «Счастливого пути». |
| Туристская техника | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся, соревнование, занятие-практикум | Спортивно-туристские соревнования, демонстрация, индивидуальные, групповые задания | Туристские соревнования «Туристская полоса препятствий» |
| Ориентирование.Топография  | Комплексное занятие, практическое занятие, соревнование, топографическое лото | Промежуточное диагностирование, игра спортивная, иллюстративно – объяснительный метод | Игровая программа «Живые знаки».  |
| Гигиена туриста | Беседа. Занятие-практикум. Игровое занятие | Методдемонстрации, наблюдения, анализа, включение обучающихся в ситуации преодоления трудностей для достижения целей | Игровое занятие «Будь здоров!» |
| Походы. Экскурсии | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты второго года обучения.**

Учащиеся более детально усваивают вопросы топографии и ориентирования,

техники и тактики пешеходного туризма, вопросы туристического хозяйства,

гигиены в походных условиях. Получают углубленные знания о своём крае.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(3-ий год обучения).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов,****тем** | **Количество часов** |
| **Всего** | **Теория** | **Практ.** |
| **Вводная часть - 2 часа** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Раздел «Наш край - земля Ершовская» - 12 часов** |
| 1 | Исследовательская работа - что это такое. | 2 | 2 | - |
| 2 | Паспорт учреждения. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Описание населённого пункта и памятного объекта. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Изучение экологии городской среды. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Работа в музеях города. | 1 | - | 1 |
| 6 | Описание промышленного и транспортного предприятий. | 2 | 1 | 1 |
| 7 | Итоговое занятие «Достопримечательности города Ершова». | 1 | - | 1 |
| **Раздел «Собираемся в поход» - 10 часов** |
| 1 | Организация похода. Турист в пути. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Снаряжение туриста. Туристский быт. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Доврачебная помощь. Правила санитарии. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Переноска пострадавшего. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «А что у вас, ребята, в рюкзаках?»  | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Туристская техника» - 10 часов** |
| 1 | Установка палатки. | 2 | - | 2 |
| 2 | Переправа. | 2 | - | 2 |
| 3 | Туристские узлы. | 2 | - | 2 |
| 4 | Костёр. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Итоговое занятие «Полоса препятствий». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Ориентирование. Топография» - 10 часов** |
| 1 | Азимут. Компас. | 2 | - | 2 |
| 2 | Измерение расстояний. | 2 | - | 2 |
| 3 | Планы и карты.Условные топографические знаки. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Компас и карта на маршруте. Расстояния и площади на карте. | 2 | - | 2 |
| 5 | Итоговое занятие «Занимательная топография». | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Походы. Экскурсии» - 28 часов** |
| 1 | Походы. | 20 | - | 20 |
| 2 | Экскурсии. | 8 | - | 6 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Всего часов:** |  **72** |

**Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(3-ий год обучения).*

**Вводная часть.** Подведение итогов работы прошедшего года. Обсуждение

итогов двухдневного летнего похода. Распределение обязанностей в группе.

**Наш край - земля Ершовская.** Исследовательская работа. Составление

паспорта учреждения. Схема описания населённого пункта, памятного объекта, промышленного, транспортного предприятий, карта экологической среды города.

**Практические занятия.** Работа с архивным материалом в музеях города. Описание населённого пункта. Составление паспорта учреждения.

**Собираемся в поход.** Основные правила поведения туриста в строю,

обеспечение безопасности при движении по автомагистрали. Шаг, темп, интервал, положение корпуса и рук. Движение без троп и дорог. Разбивка бивака, т.е. размещение палаток, костра, ямы для отходов. Доврачебная помощь. Виды переноски пострадавшего.

**Практические занятия**. Сбор и починка туристического снаряжения. Тренировки по оказанию первой доврачебной помощи: перевязки, наложение жгута и шины, искусственное дыхание, изготовление носилок из подручных средств.

**Туристическая техника.** Переправа через реки. Опасности, связанные с

переправами через реки. Виды и способы переправ: по кладям, брёвнам. Страховка. Навесная переправа. Выбор места для костра. Конструкции для подвески посуды над пламенем.

 **Практические занятия.** Общефизическая подготовка; вязка

 узлов; отработка приёмов страховки*.*

**Ориентирование. Топография.** Километровая сетка. Копирование карты.

Способы и приёмы ориентирования. Магнитные свойства Земли. От чего зависит точность движения по азимутам.

**Практические занятия.** Задачи на вычисление пройденного пути (по карте). Составление плана местности в заданном

 масштабе. Ориентирование на местности. Работа с компасом.

 Зарисовка новых топографических знаков.

**Походы. Экскурсии.** Закрепление на практике полученных знаний и умений,

полученных в ходе обучения. Продолжение знакомства с предприятиями и учреждениями города. Экскурсии по сёлам района и городам Саратовской области.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 3-ий год обучения)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Наш край - земля Ершовская | Исследовательское занятие, занятие-практикум, беседа, соревнование Занятие-практикум. Экскурсия. Конкурс. | Начальное диагностирование, метод исследования, проблемный, частично – поисковый практических действий, индивидуальные, групповые задания | Экскурсия «Достопримечатель-ности города Ершова».  |
| Собираемся в поход | Беседа. Занятие-практикум. Экскурсия.  | Репродуктивный метод, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Игровая программа «А что у вас, ребята, в рюкзаках?»  |
| Туристская техника | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся, соревнование, занятие-практикум | Спортивно-туристские соревнования, демонстрация, индивидуальные, групповые задания | Туристские соревнования «Полоса препятствий» |
| Ориентирование.Топография  | Комплексное занятие, практическое занятие, соревнование, топографическое лото | Промежуточное диагностирование, игра спортивная, иллюстративно – объяснительный метод, топографическое лото | Игровая программа «Занимательнаятопография». |
| Походы. Экскурсии | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты третьего года обучения.**

В результате обучения третьего года, воспитанники должны научиться

проводить исследовательскую работу, в результате которой должны уметь

описывать населённые пункты, составлять паспорта учреждений, оформлять

краткие отчёты о походах, хорошо владеть туристскими навыками.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 4-ый год обучения).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов,****тем** | **Количество часов** |
| **Общ.** | **Теор.** | **Практ.** |
| **Вводная часть - 2 часа** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Раздел «Краеведение. Экология» - 10 часов.** |
| 1 | Исторические, экономические и географические аспекты возникновения города Ершова. | 2 | 2 | - |
| 2 | Современные функции города Ершова. Основные отрасли промышленности. Особенности города, его роль в экономическом и историческом развитии региона. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Роль природы в Ершове на разных исторических этапах. Современное отношение людей к городской природе. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Взаимодействие факторов городской сре-ды на здоровье человека. Изучение образа жизни людей в городе. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Работа в музеях города. | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Ориентирование. Топография. Выживание» - 10 часов.** |
| 1 | Спортивное ориентирование. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Личное и групповое снаряжение туриста- ориентировщика. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Снаряжение и приспособления для выживания. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Топографическая карта. Условные знаки. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Соревнованиям по ориентированию. | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Техническая и тактическая подготовка» - 8 часов.** |
| 1 | Правила движения в походе. Преодоление препятствий. | 2 | 2 | 2 |
| 2 | Узлы. Костры. Переправы. | 2 | 1 | 5 |
| 3 | Полевая база. Укрытия из природных материалов. | 2 | 2 | 2 |
| 4 | Постройка укрытия из подручных средств | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Гигиена туриста» - 8 часов.** |
| 1 | Понятие о гигиене. Гигиенические основы закаливания. | 2 | 2 | - |
| 2 | Общие требования к режиму дня. Гигиенические требования к одежде и обуви. | 2 | 2 | 1 |
| 3 | Общие гигиенические требования к питанию. | 2 | 2 | 1 |
| 4 | Чистка и ремонт туристского снаряжения | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Доврачебная помощь» - 8 часов.** |
| 1 | Возможные заболевания и травмы в по-ходе и их признаки. | 2 | 2 | - |
| 2 | Первая доврачебная помощь при кровотечениях и переломах. Желудочно-кишечные заболевания.  | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Помощь при обморожении, солнечном ударе, потёртостях, мозолях и т.д. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Игровая программа «Скорая помощь в походе» | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Походы. Экскурсии» - 26 часов.** |
| 1 | Походы. | 20 | - | 20 |
| 2 | Экскурсии. | 6 | - | 6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Всего часов |  **72** |

**Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 4-ый год обучения).*

**Вводная часть.** Подведение итогов двухдневного летнего похода. Планирование

 работы на новый учебный год. Распределении обязанностей в

 группе.

 **Краеведение. Экология.** Специфика города Ершова и Ершовского района, как

 среды обитания. Взаимодействие человека с городом.

 Ответственная роль граждан в развитии и сохранности города.

 **Практические занятия.** Экскурсии по историческим местам

 города, на предприятия и культурные учреждения. Составление

 отчётов экскурсий. Работа в музеях города*.*

**Ориентирование. Топография. Выживание.** Спортивное ориентирование.

Основные положения. Особенности спортивного ориентирования. Применение навыков туризма и ориентирования в повседневной

жизни. Объективные и субъективные опасности в походе. Снаряжение и приспособление для выживания. Топографическая карта и условные знаки. Компас. Компас и карта на маршруте. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Способы измерения расстояний местности и карте. Определение расстояний по времени движения.

**Практические занятия.** Работа на местности с компасом и

картой, составление плана местности. Соревнования по ориентированию.

**Техническая и тактическая подготовка.** Порядок движения группы на

маршруте. Туристический строй. Режим движения, строй. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересечённой местности по лесу, заболоченной местности. Узлы: для связывания верёвок одинакового диаметра; для связывания верёвок разного диаметра; для связывания лент и лент с верёвками; для привязывания к опоре; незатягивающаяся петля на конце верёвки и т.д Костры: «Пирамида»; «Траншея»; «Ямка»; «Звёздочка»; «Заборчик»; «Очаг охотника»; «Рефлектор»; «Решётка». Полевая база.

Возможность водоснабжения. Естественный дренаж почвы, наличие дров для костра. Безопасность прежде всего. Защищённость от неблагоприятных воздействий внешней среды. Укрытия из природных материалов. Навесы. Шалаши.

 **Практические занятия.** Пробег по полосе препятствий. Вязка

 узлов. Разжигание костра. Сооружение шалаша.

**Гигиена туриста.** Понятие о гигиене: гигиена, её значение и основные задачи.

Общие требования к режиму дня. Личная гигиена тела, уход за ногами. Гигиенические требования к обуви, одежде. Общие гигиенические требования к питанию. Гигиенические основы закаливания.

**Практические занятия.** Отработка приёмов самоконтроля. Определение лекарственных растений. Определение ядовитых грибов и растений.

**Доврачебная помощь.** Возможные заболевания и травмы в походе и их

признаки. Первая доврачебная помощь при кровотечениях, переломах, обморожении, солнечном ударе, потёртостях и мозолях. Желудочно-кишечные заболевания.

**Практические занятия.** Наложение бинтов и шин, асептическая обработка, транспортировка пострадавшего.

**Походы. Экскурсии.** Однодневные и многодневные учебные походы с целью

закрепления на практике изученного материала. Изучение истории возникновения сёл в Ершовском районе; история городов области, их достопримечательности. Изучение окрестностей города.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*( 4-ый год обучения ).*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Краеведение. Экология | Исследовательское занятие, занятие-практикум, беседа, соревнование, беседа. Экскурсия. Конкурс. Занятие-акция. | Начальное диагностирование, метод исследования, проблемный, частично – поисковый практических действий, индивидуальные, групповые задания | Работа в музеях города. |
| Ориентирование Топография. Выживание | Беседа. Занятие-практикум. Экскурсия.  | Репродуктивный метод, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Зачёт.Соревнованиям по ориентированию. |
| Техническая и тактическая подготовка | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся, соревнование, занятие-практикум | Спортивно-туристские соревнования, демонстрация, индивидуальные, групповые задания, интегрированные с элементами импровизации методы | Анкетирование.Постройка укрытия из подручных средств |
| Гигиена туриста | Беседа. Занятие-практикум. Комплексное занятие, практическое занятие, соревнование, топографическое лото | Промежуточное диагностирование, иллюстративно – объяснительный метод, метод упражнений и заданий  | Зачёт.Чистка и ремонт туристского снаряжения |
| Доврачебная помощь | Комплексное занятие, практическое занятие, соревнование, | Метод аналитического и синтетического показа и рассказа | Игровая программа «Скорая помощь в походе» |
| Походы. Экскурсии | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты 4 - го года обучения.**

В результате четвёртого года обучения воспитанники объединения должны

укрепить и умножить свои знания по направлениям «Туризм»,

«Ориентирование», «Выживание»; уметь свободно пользоваться компасом и картой, оказывать первую доврачебную помощь, получить дополнительные краеведческие знания об интересных местах области, района и города.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(5-ый год обучения).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов,****тем** | **Количество часов** |
| **Общее** | **Теория** | **Практ.** |
| **Вводная часть - 2 часа** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Раздел «Краеведение. Экология» - 6 часов** |
| 1 | Наш район в нашей области. Что рассказывает карта нашего района? | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Конкурс «Природа вокруг нас». | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел «Основы походной жизни» - 6 часов** |
| 1 | Планирование похода. Сборы в поход. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Гигиена. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Зачёт «Готов ли турист к походу» | 2 | - | 2 |
| **Раздел «На маршруте» - 6 часов.** |
| 1 | Бивак. Костёр. Компас. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Жизнь под открытым небом. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Разработка маршрута. Оформление документации похода. | 2 | - | 2 |
| **Раздел «Наедине со стихией» - 8 часов.** |
| 1 | Поиски воды. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Укрытие для выживания. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Орудия для выживания. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Как поступать в несчастных случаях. | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел «Сила и выносливость» - 14 часов.** |
| 1 | Как стать сильным. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Требования к физической подготовке. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Навыки, дающие здоровья. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Специальная физическая подготовка. | 8 | - | 8 |
| **Раздел «Походы. Экскурсии» - 30 часов.** |
| 1 | Походы. | 24 | - | 22 |
| 2 | Экскурсии. | 6 | - | 6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Всего часов: | **72** |

**Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(5-ый год обучения)*

**Вводная часть.** Подведение итогов двухдневного летнего учебного похода.

Планирование работы на новый учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

**Краеведение. Экология.** Наш район в нашей области. Что рассказывает карта

нашего района? Границы и посёлки (наиболее знаменитые), транспорт, хозяйство. Наши соседи (по границам района). Исторические связи, особенности, старые и новые границы. Исторические и культурные достопримечательности района.

 Природа вокруг нас. Местность, на которой расположен

 наш район, её отличительные особенности, характерные контуры:

 подъёмы, спуски. Как проложены дороги.

 **Практические занятия*.*** Экскурсии по территории района, города,

 области на предприятия города и учреждения.

**Основы походной жизни.** Планирование похода. Правила поведения в природе.

 Как не оставлять после себя следы. Различные виды походов.

 Какой должна быть походная обувь. Гигиена: опрятность;

 оборудование отхожих мест; утилизация пищевых отходов; как

 в походе мыть грязную посуду.

**Практические занятия.**Утверждение правил поведения в

природе. Составление плана похода. Составление памятки

 по уходу за обувью. Изготовление травоступов.

**На маршруте:**  Бивак: основные элементы туристического лагеря; верёвки, узлы

 и использование их в походе; укрытия из природных материалов;

 палатки; комфорт в лагере. Костёр: подготовка безопасного

 места для костра; что может понадобиться для разжигания

 костра; как разжечь костёр; виды костров и их значение;

 добывание огня без помощи спичек; тушение костра и

 ликвидация его следов. Жизнь под открытым небом: способы

 движения туристов; передвижение в составе группы;

 передвижение ночью; отыскивание пути в незнакомой

 местности. Компас: наблюдение и определение сторон света.

 Ориентирование: по карте и компасу; по звукам.

**Практические занятия:**Ориентирование на местности; работа с

 компасом и картой; складывание различных видов костра;

 вязка узлов.

 **Наедине со стихией.** Проблемы: поиски воды; где искать воду; дополнительные

 источники воды; очистка воды; опасность загрязненной воды.

 Самодельные ёмкости для воды; фильтрование; кипячение

 камнями. Укрытия для выживания. Орудия для выживания:

 кремневые орудия и нож для выживания. Как поступить в

 несчастных случаях: паника; спасение от

 огня; укусы змей и животных; остановка дыхания; кровотечения

 ожоги; тепловой и солнечный удар.

**Практические занятия:**Добыча, фильтрация и очистка воды.

 Практические занятия по медицине.

**Сила и выносливость.** Требования к физической подготовке туриста. Нос, уши,

 глаза, зубы туриста. Навыки, дающие здоровье. Чистота.

 Курение. Употребление спиртных напитков. Специальная

 физическая подготовка, развитие силы и ловкости.

**Практические занятия:**Физические упражнения; бег по

 полосе препятствий.

 **Походы. Экскурсии.** Однодневные и многодневные походы с целью проверки

 на практике полученных знаний, умений и навыков.

 Изучение истории городов и сёл района и области. Изучение

 предприятий и учреждений города.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной**  **образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(5-ый год обучения).*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Краеведение. Экология | Исследовательское занятие, занятие-практикум, беседа, беседа.  | Начальное диагностирование, метод исследования, проблемный, частично – поисковый, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Конкурс «Природа вокруг нас». |
| Основы походной жизни | Беседа. Занятие-практикум. Соревнование | Репродуктивный метод, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Зачёт «Готов ли турист к походу?» |
| На маршруте | Комплексное занятие, практическое занятие,соревнование. | Спортивно-туристские соревнования, демонстрация, индивидуальные, групповые задания, интегрированные с элементами импровизации методы | Анкетирование. Разработка маршрута. Оформление документации похода. |
| Наедине со стихией | Беседа. Занятие-практикум. Комплексное занятие, практическое занятие.  | Промежуточное диагностирование, иллюстративно – объяснительный метод, метод упражнений и заданий  | Зачёт. Как поступать в несчастных случаях. |
| Сила и выносливость | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся,соревнование, | Тренировочный метод, метод упражнений и заданий, метод туристско-практических действий, индивидуальные, групповые задания | Спортивная эстафета |
| Походы. Экскурсии | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты пятого года обучения.**

 В результате пятого года обучения воспитанники объединения должны

овладеть навыками необходимыми для жизни в экстремальных природных

условиях, стать «робинзонами» и закрепить на практике уже полученные

знания и умения.

**Учебно-тематический план**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(6-ой год обучения)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Перечень разделов и****тем** | **Количество часов** |
| **Общее** | **Теория** | **Практик.** |
| **Вводная часть - 2 часа.** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| **Краеведение - 10 часов.** |
| 1 | Поисковая работа. Сбор и обработка краеведческого материала. | 6 | - | 6 |
| 2 | Этнографические исследования. | 2 | - | 2 |
| 3 | Исторические и культурные достопримечательности района. Экскурсия в музей. | 2 | - | 2 |
| **Экология - 8 часов.** |
| 1 | Исследование природного комплекса. Экологический паспорт водоёма. | 4 | 2 | 2 |
| 2 | Экология собственного «я». Природа в городе и за его чертой. | 4 | 2 | 2 |
| **Туристская техника - 6 часов.** |
| 1 | Турист в пути. Техника передвижения. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Снаряжение. Палатка туриста. | 2 | - | 2 |
| 3 | Туристские узлы. Костёр. Переправа. | 2 | 1 | 1 |
| **Ориентирование. Топография - 6 часов.** |
| 1 | Техника ориентирования на местности. Методы совершенствования технических навыков. | 2 | - | 2 |
| 2 | Снаряжение ориентировщика. | 2 | - | 2 |
| 3 | Земля и карта. Топографические знаки. | 2 | - | 2 |
| **Физическая подготовка - 10 часов.** |
| 1 | Физические и моральные качества туриста - пешехода. | 1 | 1 | - |
| 2  | Занятия спортом. | 8 | - | 8 |
| 3 | Личный план тренировок. | 1 | - | 1 |
| **Выживание - 10 часов.** |
| 1 | Основные правила поведения в экстремальных ситуациях. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Первоочередные действия при потере ориентировки. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Предупреждение ситуации вынужденного автономного существования. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Ориентирование по местным предметам. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Сооружение временного укрытия. | 2 | 1 | 1 |
| **Походы. Экскурсии - 20 часов.** |
| 1 | Походы. | 16 | - | 16 |
| 2 | Экскурсии. | 4 | - | 4 |

|  |  |
| --- | --- |
| Всего за год: | 72 |

**Содержание**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(6-ой год обучения)*

**Вводная часть.** Подведение итогов двухдневного летнего учебного похода.

 Планирование работы на новый учебный год. Инструктаж по

 технике безопасности.

**Краеведение.** Сбор и обработка краеведческого материала: полевая опись

собранного (кем и когда); цель описания предмета; сбор устных рассказов. Поисковая работа: определение цели и темы; примерная схема планирования поисковой работы; тематическо-экспозиционный план. Работа в музеях города. Исторические и культурные достопримечательности района. Этнографическое исследование: название населённого пункта; состав населения; основной вид занятий; увеличение и уменьшение населения; процентное соотношение; обычаи, праздники; религия.

 **Практические занятия.** Сбор и обработка краеведческого

материала (по выбору учащихся или заказу музея или ДДТ).

 Работа с архивным материалом в Историко-краеведческом

 музее, музее ЛОВД и локомотивного депо.

**Экология.** Исследование природного комплекса. Экологический паспорт

водоёма: название по карте, местоположение; характеристика водоёма, окружающая местность; проточность водоёма; морфометрическая характеристика, дно водоёма; характеристика воды и прибрежная растительность; степень загрязнения; прибрежные животные и обитатели водоёма; использование водоёма; загрязнение водоёма и его последствия; вывод об экологическом состоянии водоёма. Экология собственного «я»: обеспечение своей собственной экологической безопасности; выбор наиболее чистых маршрутов и мест отдыха; обеспечение здоровым питанием. Природа в городе и за его чертой.

**Практические занятия.** Исследование городского водоёма (по

 выбору) и создание его экологического паспорта. Разработка

 наиболее чистых маршрутов для отдыха. Исследование окружаю-

 щей среды в городе и за его чертой.

**Туристская техника.** Турист в пути: естественные препятствия на туристских

 маршрутах (для равнинной и пересечённой местности); темп и

 ритм движения; движение по дорогам, по тропе, по болоту, по

 лесу без дорог и троп, движение на подъёмах и спусках; движение

 в пути. Снаряжение: индивидуальное и групповое. Палатка

 туриста: виды палаток; обустройство палаток. Туристские узлы:

 виды узлов; назначение. Костёр: виды костров; назначение.

 Переправа: виды переправ.

 **Практические занятия.**Отработка темпа и ритма движения.

 Установка палатки на время. Вязка узлов.

**Ориентирование. Топография.** Техника ориентирования на местности: что такое

 техника спортивного ориентирования; арсенал технических средств

 ориентировщика. Методы совершенствования технических навыков:

 скоростное чтение карты; работа с компасом; глазомер; память

 карты и направления; изменение длин углов на карте с помощью

 инструментов; шагомерное и глазомерное определения расстояний

 на местности. Снаряжение ориентировщика: жидкостный компас,

 планшет; одежда, обувь. Топографические знаки. Земля и карта:

 что такое уровневая поверхность; географическая, топографическая

 карты; географические координаты, точки на местности и

 определение их на топографической карте. Современная

 технология создания топографических карт; понятие о

 геодезических опорных сетях; классификация и номенклатуры

 топографических карт; рамка топокарты, зарамочное оформление.

 **Практические занятия.**Работа с географическими и

топографическими картами: определение координат; измерение расстояний. Изучение топографических знаков.

**Выживание.** Основные правила поведения в экстремальной ситуации: во время

 стихийного бедствия; при внезапно возникших аварийных

 ситуациях; при возникновении заболеваний. Первоочередные

действия при потере ориентировки: объективная оценка сложившейся ситуации; поиски своих следов; ориентация по шумам. Предупреждение ситуации вынужденного автономного существования: предварительная разведка маршрута; подробное изучение карты района, по которой пройдёт маршрут; изучение ориентиров местности. Ориентирование по местным предметам. Сооружение временного укрытия: определение назначения укрытия; материал, из которого можно сделать временное убежище.

 **Практические занятия.**Предварительная разведка маршрута.

 Разработка порядка действий при потере ориентировки.

**Физическая подготовка.** Физические и моральные качества туриста - пешехода:

 воспитание выносливости, ловкости и силы; закаливание организма;

 волевая подготовка. Занятия спортом: режим дня; комплекс

 гимнастики; режим и содержание беговых тренировок. Личный

 план тренировок: ведение дневника тренировок; контрольные

 нормативы зачёта по физподготовке.

 **Практические занятия.** Тренировки по физической подготовке.

 Зачёт по физической подготовке.

**Походы. Экскурсии.**  Экскурсии на предприятия города. Экскурсии по району

и за его пределы. Учебные однодневные и двухдневные походы.

 Категорийный поход.

**Методическое обеспечение**

**дополнительной образовательной программы**

***«У похода есть начало»***

*(6-ой год обучения)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса** | **Формы подведения итогов по темам** |
| Водная часть | Беседа  | Диагностирование  | Анкетирование |
| Краеведение.  | Исследовательское занятие, занятие-практикум, беседа, беседа.  | Начальное диагностирование, метод исследования, проблемный, частично – поисковый, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Сбор краеведческого материала для музея. |
| Экология | Беседа. Занятие-практикум. Соревнование | Репродуктивный метод, практических действий, индивидуальные, групповые задания | Составление экологического паспорта водоёма. |
| Туристическая техника | Комплексное занятие, практическое занятие,соревнование. | Спортивно-туристские соревнования, демонстрация, индивидуальные, групповые задания, интегрированные с элементами импровизации методы | Туристические соревнования «Малый турслёт» |
| Ориентирование. Топография | Занятие-практикум. Комплексное занятие, практическое занятие.  | Промежуточное диагностирование, иллюстративно – объяснительный метод, метод упражнений и заданий  | Разработка маршрута ориентировщика. |
| Физическая подготовка | Оздоровительная гимнастика, развивающаяфизические качества обучающихся,соревнование, | Тренировочный метод, метод упражнений и заданий, метод туристско-практических действий, индивидуальные, групповые задания | Спортивные соревнования |
| Выживание | Беседа. Занятие-практикум. Комплексное занятие, практическое занятие. | Тренировочный метод, метод упражнений и заданий, метод практических действий, индивидуальные, групповые задания | Разработка порядка действий при потере ориентировки. |
| Походы. Экскурсии | Поход, экскурсия | Итоговое диагностирование,  | Сдача норм. Зачёт. Поход.Районный туристический слёт. |

**Ожидаемые результаты 6 - го года обучения.**

В результате 6 - го года обучения воспитанники объединения должны

профессионально овладеть туристскими навыками и правилами поведения в

экстремальных ситуациях. По итогам обучения в объединении воспитанники

получают удостоверение «Туриста - инструктора».

**Список используемой литературы.**

 1. Бардин К.В. Азбука туризма. М. «Просвещение». 1991 г.

 2. Берлянт А. Карта рассказывает. М. «Просвещение». 1998 г.

 3. Коневский Е., Марголин Л. Формула туризма. М. «Физкультура и

 спорт». 1984 г.

 4. Мясоедов Б. Туризм выходного дня. М. «Физкультура и спорт». 1980 г.

 5. Минделевич С. Пора в поход! М. «Молодая гвардия». 1985 г.

 6. Остапец А.А. На маршруте туристы - следопыты. М. «Просвещение» 1985г.

 7. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. М. Профиздат. 1988 г.

 8. Стрижев А.Н. Туристу о природе. М. Профиздат. 1986 г.

 9. Краеведение. М. «Просвещение». 1987 г.

 10. Узлы. Простые, забавные, сложные. С-П. Кристалл. 1997 г.

 11. Питание в туристском путешествии. М. Профиздат. 1986 г.

 12. Работа кружка юных туристов в школе. М. «Турист». 1989 г.

 13. О развитии системы подготовки кадров детско - юношеского туризма

 Вестник образования. №5. 1998 г.

 14. Федорова Н.Ф. Роль краеведения в системе воспитательной работы учреж-

 дений дополнительного образования. Бюллетень. №2. 2002 г.

 15. Константинов Ю.С., Орлова С.В. Педагогика сотрудничества и детско-

 юношеский туризм. Внешкольник. №6. 2003 г.

 16. Смирнов Д.В. Технология дополнительного образования детей в турист-

 ской самодеятельности. Дополнительное образование. №4. 3003.