

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КОГАЛЫМА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» ГОРОДА КОГАЛЫМА

Принята на заседании  
Методического совета  
протокол № 6  
от 19.05.2023г.



Утверждаю  
Директор МАУ ДО «ДДТ»  
Н.А. Михалик  
Приказ от 19.05.2023г. №225

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

туристско-краеведческая направленность

стартовый уровень

«ШКОЛА ЮНОГО ТУРИСТА»

Возраст учащихся: 11-16 лет

Срок реализации: 4 месяца

Автор-составитель:  
Хисамутдинов Винер  
Миниахметович,  
педагог дополнительного  
образования

## Содержание программы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы	стр. 3
1.1. Пояснительная записка	стр. 3
1.2. Цели и задачи программы	стр. 4
1.3. Содержание программы. Учебный план	стр. 4
1.4. Планируемые результаты	стр. 6
2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы	стр. 7
2.1. Календарный учебный график	стр. 7
2.2. Условия реализации программы	стр. 8
2.3. Формы аттестации	стр. 9
2.4. Оценочные материалы	стр. 9
2.5. Методические материалы	стр. 10
3. Список литературы	стр. 13

## **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы «Школа юного туриста».**

### **1.1. Пояснительная записка**

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Уровень освоения – стартовый.

Вид деятельности – пешеходный туризм.

Место реализации программы – Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» города Когалыма. Адрес: 628484, Тюменская область, ХМАО–Югра, город Когалым, улица Дружбы народов, дом 10/1.

*Нормативно-правовые документы:*

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629).
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242).
5. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28).
6. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2).
7. Рекомендации Министерства просвещения России по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020г. №ВБ-976/04).
8. Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 31.03.2023г. № 10-П-775 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».
9. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования детей «Дом детского творчества» города Когалыма.

Актуальность программы определяется стремлением подростков к приключениям, романтике, путешествиям. Желание детей овладеть умениями и навыками туризма, умениями преодолевать трудности, способствовало разработке образовательной программы и организации туристских объединений. Желание детей заниматься пешеходным туризмом обусловлено ещё и тем, что туристские мероприятия являются выходом учащихся из привычной семейной и школьной среды в более сложную и непривычную обстановку. Программа способствует личностному самоопределению, социализации и самореализации учащихся посредством занятий пешеходным туризмом.

Адресатом программы являются учащиеся среднего и старшего школьного возраста от 11 до 16 лет. Программа разработана для детей без ОВЗ

Объем программы составляет 64 учебных часа.

Форма обучения – очная. В рамках реализации программы в период временных ограничений, связанных с эпидемиологической или климатической ситуацией занятия, могут быть организованы в дистанционном режиме.

Формы организации образовательной деятельности – групповая. Максимальное количество учащихся в одной группе – 15 детей, минимальное – 10 детей.

Виды занятий:

1. Собственно обучающие занятия – это занятия по передаче знаний, по осмыслению знаний и их закреплению, по формированию умений и применению знаний на практике, по обобщению и систематизации знаний. Формы занятий: учебно-практические занятия, тренировочные занятия (отработка умений и навыков), теоретические занятия, занятия-соревнования.

2. Воспитательные занятия – это занятия по формированию положительного психологического климата в детском коллективе, не всегда связаны с учебной дисциплиной.

3. Общеразвивающие занятия – это занятия по формированию и развитию личностных качеств ребёнка.

Формы занятий: конкурсы, соревнования, походы, диспуты, экскурсии, викторины, коллективные дела.

Срок освоения программы – 4 месяца. Программа состоит из 1 модуля.

Режим занятий одной группы: 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность одного академического часа - 45 минут, перерыв между академическими часами – 10 минут. Недельная нагрузка на одну группу учащихся - 4 часа. Примерное расписание занятий: вторник - 13:00 - 14:40; пятница - 15:00 - 16:40.

### 1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: удовлетворение потребности подростков в самореализации, самоутверждение посредством занятий пешеходным туризмом.

Задачи программы:

*в области обучения:* обучить технике и тактике туризма; обучить технике преодоления преград по навесной переправе, параллельным перилам, по бревну с перилами, качающемуся бревну; обучить спускаться и подниматься по крутому склону; обучить ориентироваться на местности и по компасу; обучить оказывать первую медицинскую помощь.

*в области воспитания:* воспитывать чувство коллективизма, ответственности; воспитание трудолюбия.

*в области развития:* развивать физические способности детей. развивать навыки саморегуляции, самооценки, самоорганизации.

### 1.3. Содержание программы.

Учебный план

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Комплектование групп. Вводное	2		2	Собеседование
2.	Основы туристской подготовки	10	2	8	Контрольная работа по составу общественного снаряжения, по составлению меню и правилам хранения основных продуктов
3.	Топография и ориентирование	12	2	10	Контрольная работа по топонимам, участие в соревнованиях по ориентированию
4.	Краеведение	10	2	8	Конкурс на лучшего знатока флоры и фауны округа
5.	Основы гигиены. Доврачебная помощь	12	2	10	Тестирование
6.	Общая и специальная физическая подготовка	14	2	12	Тестирование и контрольная работа по узлам. Туристская эстафета с элементами техники

7	Туристические соревнования и слеты	2		2	Участие в слетах соревнованиях по туристской технике
8	Итоговое занятие	2	1	1	Контрольный выезд с самостоятельной установкой
	<b>ИТОГО</b>	<b>64</b>	<b>11</b>	<b>53</b>	

### Содержание учебного плана

**Тема 1.** Комплектование групп. Вводное занятие.

*Теория:* Знакомство с содержанием модуля дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Беседа о правилах безопасности на учебно-тренировочных занятиях, о режиме работы.

*Практика:* Игры на знакомство. Спортивные игры на выявление физических способностей учащихся.

**Тема 2.** Основы туристской подготовки.

*Теория.* Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Поведение в походе. Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Групповое и личное снаряжение. Специальное снаряжение. Привалы и ночлеги (бивак) основные требования. Определение мест для ночлегов, привалов. Организация похода, питание. Калорийность и нормы дневного рациона.

*Практика.* Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Разжигание костра. Установка палатки, выбор места для ночлега. Заготовка растопки. Хранение и транспортировка топоров и пил. Приготовление пищи на костре.

*Форма контроля.* Зачет. Сдача нормативов на время.

**Тема 3.** Топография и ориентирование.

*Теория.* Введение - карты, используемые в походе. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта. Ее значение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт. Использование страховки и самостраховки. Узлы: простой, двойной, восьмерка, схватывающий, встречной. ТБ в походе, меры безопасности. Аварийная ситуация, причины возникновения аварийных ситуаций в походе. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Порядок эвакуации группы с маршрута.

*Практика.* Работа с картой, компасом. Определение азимута на карте. Определение пройденного расстояния по времени движения. Техника вязания узлов. Разбор причин возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах. Отработка умений выживания группы в экстремальных условиях. Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Соревнования по ориентированию.

*Форма контроля.* Зачет. Тестирование. Собеседование.

**Тема 4.** Краеведение.

*Теория.* Родной край, его природные особенности. История. Познакомить обучающихся с особенностями местности, в которой мы проживаем. Собрать как можно больше полезной и интересной информации о родном крае, его достопримечательностях. Памятники истории, культуры.

*Практика.* Викторина об истории города. Участие в уборке школьной территории. Посещение памятных мест и музея.

*Форма контроля.* Опрос. Тестирование.

**Тема 5.** Основы гигиены. Доврачебная помощь.

*Теория.* Введение – понятие личной гигиены. Вредные привычки. Знакомство с лекарственными растениями. Состав медицинской аптечки. Помощь при различных травмах. Транспортировка пострадавшего. Имобилизация (обездвиживание) пострадавшего подручными и специальными средствами.

*Практика.* Сбор личной медицинской аптечки. Обработка ран. Помощь при переломах, кровотечениях. Искусственное дыхание. Закрытый массаж сердца. Выполнение перевязок, наложение шин. Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

*Форма контроля.* Тестирование. Зачет.

**Тема 6.** Общая и специальная физическая подготовка.

*Теория.* Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособность. Врачебный контроль и самоконтроль. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Основная задача ОФП, развитие физических, моральных и волевых качеств туриста. Требования к физической подготовке, ее место и назначение.

*Практика.* Медленный бег по пересеченной местности. Всесторонняя физ.подготовка; разучивание упражнений для рук и плечевого пояса. Разучивание упражнения для мышц шеи, туловища, ног. Разучивание упражнений с сопротивлением, со скакалкой, гантелями. Упражнения на развитие быстроты. Игра в волейбол. Эстафеты. Работа на полигоне.

*Форма контроля.* Зачет. Сдача нормативов на время.

**Тема 7.** Туристические соревнования и слеты.

*Теория:* Разбор соревнований. Устранение ошибок.

*Практика.* Участие в соревнованиях и туристических слётах по пешеходному туризму.

**Тема 8.** Итоговое занятие.

*Практика.* Организация однодневного похода.

#### **1.4. Планируемые результаты**

Учащиеся будут знать: что такое туризм и какого его значение в физическом и духовном развитии ученика; нормы поведения в туристском коллективе и правила личной безопасности; законы и правила поведения юных туристов; туристские узлы и их применение в туризме; туристское снаряжение: групповое и личное; распределение группового снаряжения между мальчиками и девочками; основные правила, предъявляемые к месту бивака; порядок подготовки к походу; основные приёмы оказания доврачебной помощи; виды туристских соревнований; способы прохождения этапов соревнований; топографические знаки; правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением; виды ориентиров, стороны горизонта.

Учащиеся будут уметь: вязать туристические узлы; организовать походный быт; подгонка снаряжения; оказывать первую доврачебную помощь при всех видах травм и заболеваниях; установка палатки, разведение костра; ориентироваться на местности при помощи карты и компаса; свободно «проходить» все этапы соревнований по технике туризма.

У учащихся будут формироваться: умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя задачи в обучении; умение самостоятельно планировать пути достижения целей; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий; умение определять наиболее эффективные способы достижения результата.

У учащихся будут формироваться: ответственное отношение к своему здоровью; морально - этические и волевые качества; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы «Школа юного туриста».

### 2.1. Календарный учебный график

Программа реализуется в период с 1 сентября по 31 декабря. Не рабочие дни: 4ноября.

№ п/п	Дата	Время	Часы	Форма занятий	Тема занятия	Форма контроля
1	01.09	15.00-16.40	2		Вводное занятие. Комплектование группы	Собеседование
2	05.09	13.00-14.40	2	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Основы туристской подготовки	Контрольная работа по составу общественного снаряжения, по составлению меню и правилам хранения основных продуктов
3	08.09	15.00-16.40	2		Основы туристской подготовки	
4	12.09	13.00-14.40	2		Основы туристской подготовки	
5	15.09	15.00-16.40	2		Основы туристской подготовки	
6	19.09	13.00-14.40	2		Основы туристской подготовки	
7	22.09	15.00-16.40	2	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Топография и ориентирование	Опрос
8	26.09	13.00-14.40	2		Топография и ориентирование	Контрольная работа по топонимам, участие в соревнованиях по ориентированию
9	29.09	15.00-16.40	2		Топография и ориентирование	
10	03.10	13.00-14.40	2		Топография и ориентирование	
11	06.10	15.00-16.40	2		Топография и ориентирование	
12	10.10	13.00-14.40	2		Топография и ориентирование	
13	13.10	15.00-16.40	2	Лекции	Краеведение	Опрос
14	17.10	13.00-14.40	2		Краеведение	Конкурс на лучшего знатока флоры и фауны округа
15	20.10	15.00-16.40	2		Краеведение	
16	24.10	13.00-14.40	2		Краеведение	
17	27.10	15.00-16.40	2		Краеведение	
18	31.10	13.00-14.40	2	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Основы гигиены. Доврачебная помощь	Тестирование
19	03.11	15.00-16.40	2		Основы гигиены. Доврачебная помощь	
20	07.11	13.00-14.40	2		Основы гигиены. Доврачебная помощь	
21	10.11	15.00-16.40	2		Основы гигиены. Доврачебная помощь	Тестирование
22	14.11	13.00-14.40	2		Основы гигиены. Доврачебная помощь	
23	17.11	15.00-16.40	2		Основы гигиены. Доврачебная помощь	
24	21.11	13.00-14.40	2	Учебно-тренировочное занятие	Общая и специальная физическая подготовка	Сдача нормативов
25	24.11	15.00-16.40	2		Общая и специальная физическая подготовка	
26	28.11	13.00-14.40	2		Общая и специальная физическая подготовка	
27	01.12	15.00-16.40	2		Общая и специальная физическая подготовка	
28	05.12	13.00-14.40	2		Общая и специальная физическая подготовка	
29	08.12	15.00-16.40	2		Общая и специальная физическая подготовка	
30	12.12	13.00-14.40	2	Общая и специальная физическая подготовка		
31	15.12	15.00-16.40	2	Соревнования	Туристические соревнования и слеты	Участие в слетах соревнованиях по

						туристской технике
32	19.12	13.00-14.40	2	Туристический поход	Итоговое занятие	Контрольный выезд с самостоятельной постановкой лагеря
			64ч.	Резерв – 6 часов		

## 2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы:

Учебный кабинет для проведения занятий, спортивный зал.

Средства обучения	Количество штук на 1 группу	% использования от продолжительности программы
Страховочные системы жумары, восьмерки, карабины, блокировочные системы	15	90
Блокировочные системы	15	90
Наглядные пособия, плакаты, карточки	10	100
Глобус	1	30
Топокарты	5	50
Компас	5	40
Палатки туристические	5	40
Костровое приспособление	1	40
Термосы	3	30
Котлы	3	20
Тент от дождя	1	10
Пила, топор	1	20

**Психолого-педагогические условия** реализации программы:

уважение к человеческому достоинству учащихся, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

использование в образовательной деятельности форм и методов работы с учащимися, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;

построение образовательной деятельности на основе взаимодействия педагога с учащимися, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

поддержка положительного, доброжелательного отношения учащихся друг к другу и взаимодействия учащихся друг с другом в разных видах деятельности;

поддержка инициативы и самостоятельности учащихся;

возможность выбора учащимися видов активности;

защита учащихся от всех форм физического и психического насилия.

**Кадровое обеспечение:** программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, имеющий высшее педагогическое образование соответствующее профилю деятельности.

**Финансовые условия реализации программы:** Прием на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется за счет средств от предпринимательской деятельности (сертификат дополнительного образования) в рамках системы Персонифицированного финансирования города Когалыма. Финансирование реализации программы осуществляется в соответствии с установленной ценой услуги дополнительного образования не превышающей нормативную стоимость



образовательной программы рассчитанной в соответствии с Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования.

### 2.3. Формы аттестации

*Виды контроля:*

Вводный контроль	Изучение стартового уровня знаний, умений и навыков по выбранной
Текущий контроль	Изучение уровня освоения тем образовательной программы.
Итоговый контроль	Изучение уровня освоения образовательной программы за весь период

*Формы контроля:*

Проверка теоретических знаний	Тестирование, опрос.
Проверка практической подготовки	Участие в конкурсах, туристических соревнованиях, слётах.

### 2.4. Оценочные материалы

Оценка результативности выполнения программы осуществляется по трём уровням освоения учащимися образовательной программы: высокий, средний, ниже среднего.

*Оценивания практических навыков* осуществляется по критериям:

- 1) уровень ниже среднего - работа по образцу.
- 2) средний уровень - работа по условию (выполнение практического задания, требующего творческой активности).
- 3) высокий уровень - работа по собственному замыслу (самостоятельная постановка цели и задач и поиск способов её решения).

*Оценивания теоретических знаний* осуществляется по критериям:

- 1) уровень ниже среднего - большая часть ответов удовлетворяет требованиям «среднего уровня», но в ответе обнаруживаются отдельные пробелы, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала. Учащийся владеет знаниями в объёме не менее 50%;
- 2) средний уровень - соответствие основным требованиям ответа «высокого уровня», но допущены неточности в изложении понятий, объяснений взаимосвязей; объём правильных ответов составляет 75-85%;
- 3) высокий уровень - наличие точных знаний по теме.

Вид контроля	Время проведения	Цель проведения контроля	Формы выявления результата	Формы фиксации результата
Стартовая диагностика	Сентябрь	Оценка исходного уровня знаний на первом году обучения в начале учебного года.	Собеседование	Диагностические карты
Текущий контроль	Сентябрь - декабрь	Оценка усвоения учащимися содержания конкретной программы (темы, раздела и т.д.) в период обучения.	Контрольные работы: по составу снаряжения и умению собирать рюкзак; по определению различных видов	Диагностические карты Протоколы результатов соревнований, конкурсов, эстафет

			продуктов; по топонимам, определению расстояния до объекта и между объектами, по узлам. Конкурс на лучшего знатока флоры и фауны округа. Игра «Прятки с картой». Туристская эстафета с элементами техники.	
--	--	--	---	--

При реализации программы с применением дистанционных образовательных технологий для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля качества результатов освоения образовательной программы могут применяться формы добровольной самодиагностики приобретаемых знаний и компетенций, выполнение исследовательских, проектных или творческих работ, участие в конкурсах.

### **2.5. Методические материалы**

В процессе реализации программы применяются педагогические технологии:

Здоровьесберегающая технология, основной целью которой является сохранение и укрепление здоровья учащихся в процессе обучения воспитания. Принципы здоровьесбережения: личностно-ориентированный подход (все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников); акцент только на хорошее, в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а потом отмечают недостатки; у каждого ребенка формируется ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания.

Технологии группового обучения – использование малых групп (3-7 человек) в образовательном процессе. Главное условие групповой работы заключается в том, что непосредственное взаимодействие учеников осуществляется на партнерской основе. Это создает комфортные условия в общении для всех, обеспечивает взаимопонимание между членами группы.

В период временных ограничений, связанных с эпидемиологической или климатической ситуацией, в течение которой федеральными и/или региональными и/или местными правовыми актами устанавливается запрет и/или ограничение на реализацию дополнительных общеобразовательных программ в очной форме, реализация программы в этот период осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий. В этот период деятельность организовывается с использованием:

Образовательных технологий (мастер-классы, развивающие занятия, консультации, тематические классные часы, конференции и другие активности, проводимые в режиме реального времени при помощи телекоммуникационных систем).

Возможностей электронного обучения (формирование подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажеров, представленных на сайте Министерства просвещения Российской Федерации по адресу <https://edu.gov.ru/distance> для самостоятельного использования учащимися).

Бесплатных интернет-ресурсов, сайтов учреждений культуры, открывших трансляций концертов, мастер-классов, а также организаций предоставивших доступ музейным, литературным, архивным фондам.

Ресурсов средств массовой информации (образовательные и научно-популярные передачи, фильмы и интервью на радио и телевидении, в том числе эфиры образовательного телеканала «Моя школа в online»).

Образовательных и развивающих материалов на печатной основе (демонстрационные варианты олимпиадных и диагностических заданий, печатные учебные издания).

Тема программы	Формы занятий	Педтехнологии	Приёмы и методы организации ОП	Дидактический материал
Основы туристской подготовки	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Технологии группового обучения Здоровье сберегающая технология	Словесные методы: беседа, рассказ, Наглядные методы: показ видеороликов, иллюстративных пособий (схем плакатов)	Пособие «Узлы-история, легенда, виды» Презентация «Снаряжение для похода» Памятка «Обязанности участников похода» Презентация «Устройство бивака»
Топография и ориентирование	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Технологии группового обучения	Словесные методы: объяснение, рассказ Метод демонстраций: показ видеофильмов	Условные знаки спортивных карт
Краеведение	Лекции	Технологии группового обучения	Словесные методы: объяснение, рассказ	Викторина по туризму и краеведению «Мир вокруг нас»
Основы гигиены. Доврачебная помощь	Лекции Учебно-тренировочное занятие	Здоровье-сберегающая технология Технологии группового обучения	Практические методы: репродуктивные упражнения, метод круговой тренировки. Метод демонстраций. Наглядные методы: показ видеороликов, иллюстративных пособий	Учебное пособие по туризму и краеведению. «Практика туристских путешествий». А.С.Усков Памятка «Первая доврачебная помощь»
Общая и специальная физическая подготовка	Учебно-тренировочное занятие	Здоровье сберегающая технология	Словесные методы: замечание, команды, указания.	Международная сигнальная система
Туристические соревнования и слеты	Соревнования	Здоровье сберегающая технология	Метод контроля и самоконтроля	Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов видеофильм «Стратегия и тактика похода» «Стратегия выбора маршрута»
Элементы школы выживания	Спортивные игры	Здоровье-сберегающая технология	Игровые технологии	Правила обеспечения безопасности у костра

Итоговое занятие	Туристические походы	Технологии группового обучения	Метод контроля и самоконтроля	
------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------------------	--

### 3. Список литературы

#### Литература для педагога:

3. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
4. Алешин В.М., Серебреников А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985.
5. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. — М., ЦДЮТур РФ, 1994.
6. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.
7. Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.
8. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. — М., ФиС, 1968.
9. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. — М., Знание, 1990.
10. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. — М., ФиС, 1974.
11. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. - М., Издательский дом «Вокруг света», 1994.
12. Григорьев В.Н. Водный туризм. — М., Профиздат, 1990.
13. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.) / Автор-составитель Константинов Ю.С. – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 312 с.
14. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. — М., Профиздат, 1984.
15. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
16. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. — М., Профиздат, 1997.
17. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур 1997.
18. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники №1,2. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
19. Лебединский Ю.В., Сафонова М.В. Работа кружка юных туристов в школе. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.
20. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. — М., ФиС, 1989.
21. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. — М., ЦРИБ «Турист», 1981.
22. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. — М., ЦРИБ «Турист», 1976.
23. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2007. – 278 с.
24. Подготовка судей по спортивному туризму. Учебно-методическое пособие. Автор-составитель Ю.С. Константинов – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 292 с.
25. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. — М., Профиздат, 1987.
26. Самодельное туристское снаряжение. Сост. П.И. Лукоянов. — М., ФиС, 1986.
27. Спортивный туризм в системе образования / Под редакцией Губаненков С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2008 – 196 с.
28. Спутник туриста. — М., ФиС, 1963.
29. Стрижев Ю.А. — Туристу о природе. — М., Профиздат, 1986.
30. Туризм в школе: книга руководителя путешествия. — М., ФиС, 1983.
31. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков. — М., Просвещение, 1990.
32. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.

33. Физическая подготовка туристов. — М., ЦРИБ «Турист», 1985.

#### **Литература для учащихся**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. — М., ЦДЮТур РФ, 1994.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.
4. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. — М., ФиС, 1968.
5. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. — М., Знание, 1990.
6. Григорьев В.Н. Водный туризм. — М., Профиздат, 1990.
7. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.) / Автор-составитель Константинов Ю.С. – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 312 с.
8. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
9. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – М.: ФЦДЮТиК, 2006 – 600 с.
10. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. — М., Профтздат, 1997.
11. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии.— М., ЦДЮТур 1997.
12. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники №1,2. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
13. Лебединский Ю.В., Сафонова М.В. Работа кружка юных туристов в школе. — М., ЦРИБ «Турист», 1989
14. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. 2-е изд., перераб. и доп. –СПб.: Речь, 2008 – 160 с.
15. Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей. Учебно-методическое пособие – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999 – 176 с.
16. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. — М.,ЦРИБ «Турист», 1981.
17. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. — М., ЦРИБ «Турист», 1976.
18. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. — М., Профиздат, 1987.
19. Рыжавский Г.Я. Биваки. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
20. Стрижев Ю.А. — Туристу о природе. — М., Профиздат, 1986.
21. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
22. Штюмер Ю.А. Туристу об охране природы. — М., Профиздат, 1975.

#### **Интернет источники**

<http://www.tssr.ru> <https://www.google.ru>  
[https://vuzlit.ru/370691/istoriya\\_razvitiya\\_peshehodnogo\\_turizma](https://vuzlit.ru/370691/istoriya_razvitiya_peshehodnogo_turizma)  
<http://de-ussr.ru/chelovek/fizkult/peshehodnyj-turizm.html> [https://studopedia.ru/14\\_95823\\_detsko-yunosheskiy-turizm-turistskaya-deyatelnost-v-detsko-yunosheskom-turizme.html](https://studopedia.ru/14_95823_detsko-yunosheskiy-turizm-turistskaya-deyatelnost-v-detsko-yunosheskom-turizme.html)  
<http://svastour.ru/articles/puteshestviya/vidy-turov/detsko-yunosheskiy-turizm.html>  
<http://siberian.mchs.ru/pressroom/news/item/328580>

