

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Центр образования «Каразей»  
ИНН 3832001139/ КПП 381401001  
665327 Иркутская область, Куйтунский район, с. Каразей, ул. Мира, 56  
[co\\_karasei@mail.ru](mailto:co_karasei@mail.ru)  
<http://karazey.edukuitun.ru>

РАССМОТРЕНО  
Заседание ШМО учителей  
МКОУ ЦО "Каразей"

  
Щипцова Н.П.  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по  
УВР  
МКОУ ЦО "Каразей"

  
Шарова Т.Г.  
«30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
МКОУ ЦО "Каразей"

  
Яценко С.А.  
Приказ № 232  
от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
«Пешеходный туризм»

Срок освоения 3 года

Составитель:

Безрукова Е.В.,

Учитель физической культуры

2023г

### **Пояснительная записка**

Программа кружка разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (стандарты второго поколения), а также программой внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой. **Актуальность** программы обусловлена тем, что туристские походы, романтика дальних дорог манят к себе с каждым годом все большее число воспитанников, а занятия в группах данного вида деятельности помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы (обеспечение занятости в свободное от учебы время, профилактика беспризорности и безнадзорности детей, асоциального поведения подростков и др.).

Рабочая программа «Пешеходный туризм» туристско-краеведческой направленности составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования, на основе существующих федеральных программ данного вида деятельности. Вид программы: модифицированная, вариативная.

Пешеходный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят, как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования, такого, как, например, для занятий альпинизмом или велосипедным туризмом.

Новизна данной программы определена федеральным государственным стандартом общего образования.

#### **Нормативно-правовая база:**

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций дополнительного образования детей», утвержденных Главным санитарным врачом РФ 04 июля 2014г. № 41.
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (5-9 кл.)
- Приказ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования»

#### **Цель:**

- совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, подготовка специалиста в области спортивного туризма и туристского многоборья, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;

-развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;

### **Задачи:**

#### обучающие:

- формирование системы знаний, необходимых организатору туристско-спортивной работы;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации,
  - формирование банка данных о местах туристских маршрутов через ведение записей краеведческих наблюдений, воспоминаний старожилов, ветеранов;

#### воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;

#### развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;

#### **Сроки реализации**

Программа занятий рассчитана на 3 года обучения с обязательным прохождением зачетных походов, участием и судейством районных туристских мероприятий.

1 год обучения – 34 часов (2 часа в неделю);

2 год обучения – 34 часов (2 часа в неделю);

3 год обучения – 34 часов (2 часа в неделю).

#### **Этапы работы по программе**

1 этап (начальный)	1 год обучения	Получение начальных туристских навыков
2 этап (основной)	2 год обучения	Овладение туристских навыков. Участие в походах.
3 этап (завершающий)	3 год обучения	Закрепление и совершенствование туристских навыков. Участие в многодневных походах.

#### **Формы и режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по часу.

Программы каждого года занятий рассчитаны на 34 учебных часа, включая беседы по теории, практические занятия в помещении и на местности (в том числе, подготовку походов и подведение их итогов), а также проведение учебно-тренировочных походов и сборов.

Летние зачетные походы в сетку часов не включены.

Режим работы туристского объединения по программе «Пешеходный туризм» в течение учебного года в его различные периоды не одинаков: как правило, ребята собираются на занятия 1 раз в неделю в определенный день и час.

В среднем один раз в месяц организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), походы выходного дня, участие в соревнованиях, учебные походы на 1—2 дня. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды. Кроме того, занятия могут проходить по группам (работа штаба, хозгруппы,

редколлегии отчета о походе и т. п.) и индивидуально (работа с докладчиками, проводниками, казначеем, с фотографом и т. п.).

При проведении практических занятий на местности в пределах населенного пункта занятие может быть продлено до 4 часов. При проведении практических занятий в форме учебно-тренировочных выходов, продолжительность занятий считается 8 часов за одни сутки нахождения вне населенного пункта.

Программа предусматривает одно, двухдневные походы в первый год обучения, в последующие года – двух, трех дневные походы, учебно-тренировочные выходы. Надо учитывать и степень подготовленности ребят. На первом году обучения в связи с разным уровнем начальных знаний педагогом применяется разноуровневая подготовка.

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: участие в соревнованиях, конкурсах, спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов) и пр.

Основными формами образовательного процесса являются:

1. Активные участие в туристических слетах, соревнованиях, военно-спортивных играх.
2. Полуактивные: практические занятия в помещениях и на местности.
3. Проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы.
5. Пассивные лекции, беседы, просмотр видеофильмов.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);

- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенной темы);

- групповая (разделение на мини группы для выполнения определенной работы);

- коллективная (выполнение работы для подготовки к туристическому слету).

Основные методы деятельности учащихся:

1. Поисково - исследовательский метод ( самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления проекта, реферата, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях )
2. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях
3. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей
4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

## **Планируемые результаты**

### **Личностные результаты:**

- проявление личностных качеств: целеустремленности, силы воли, трудолюбия, дисциплинированности, дружелюбия, толерантности;
- проявление ценностного отношения к здоровью и навыков его укрепления и сохранения: регулярное выполнение физических упражнений, соблюдение режима дня, гигиены, правильного питания, питьевого режима, правил безопасности, ведение дневника самоконтроля;
- проявление основ экологического мышления: бережное отношение к природе во время походов и занятий, убеждения в области охраны природы.

### **Метапредметные результаты:**

- демонстрация умений работы в команде: выполнение функций отведенной роли, конструктивное взаимодействие с участниками команды;
- проявление активного участия в обсуждении, уверенного высказывания собственной точки зрения;
- проявление умений представить индивидуальный и коллективный результат;
- демонстрация умений постановки цели, в определении будущего результата, в планировании деятельности и отборе средств достижения результата;
- демонстрация навыков самоконтроля при выполнении учебно-тренировочной деятельности и оценивания полученных результатов;
- демонстрация умений в проведении исследований в природных условиях и систематизации информации;
- демонстрация умений в области структурирования и классификации информации с помощью таблиц, памяток, ментальных карт.

### **коммуникативные**

учащиеся получают возможность научиться:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- взаимодействовать и находить общие способы работы; работать в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; слушать партнёра; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- прогнозировать возникновение конфликтов при наличии различных точек зрения;
- разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

Кроме того, необходимо систематическое наблюдение за воспитанниками в течение учебного года, включающее:

- результативность и самостоятельную деятельность ребенка,
- активность,
- аккуратность,
- творческий подход к знаниям,
- степень самостоятельности в их решении и выполнении и т.д.

### **Результаты по направленности программы:**

- демонстрация знаний в истории и природных особенностях родного края;
- владения понятийным аппаратом в области туризма;
- соблюдение правил и норм безопасности туристической деятельности, оказания первой помощи;
- владение техникой физических навыков туристкой деятельности;
- наличие опыта деятельности в многодневных походах и различных соревнованиях.

### **Формы подведения итоговой аттестации**

Основными формами предъявления и оценки результатов являются:

- участие в соревнованиях
- конкурсах,
- спортивному ориентированию;
- походы (подготовка и проведение).

Итоговый контроль осуществляется в формах:

- тестирование;
- практические работы;
- контрольные задания.

Самооценка и самоконтроль определение учеником границ своего «знания - незнания», своих потенциальных возможностей, а также осознание тех проблем, которые ещё предстоит решить в ходе осуществления деятельности.

Содержательный контроль и оценка результатов учащихся предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета ребёнком и не допускает сравнения его с другими детьми.

По итогу курса обучающийся получает «зачет» при условии посещения 50% занятий и выполнения итоговой аттестации.

### **Содержание программы**

#### **1-2 года обучения**

**1. Вводное занятие.** Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма .

Теория: Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнем. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределения общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе

**2. Краеведение – .** Природа родного края. Охрана природы. Виды туризма. Туристские возможности Куйтунского района.

Теория: Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края. Краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала. Правила оформления краеведческого материала. Краеведческого материала. Презентация краеведческого материала. Краеведческий отчет туристской группы. Краеведческие викторины. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы школьной краеведческой олимпиады для учащихся 5-8 классов. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы фотовыставки «Знай родной край».

Практика. Знакомство с картой области (края), республики. «Путешествия» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

**3. Топография - . Топографическая подготовка, условные знаки.**

Теория: Топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты.

Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съемка местности.

Практика: измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).

Спортивный компас. Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам, рельефу. Определение точки стояния.

#### **4. Туристские узлы -. Подготовка к соревнованиям и отработка навыков туристской техники совместно с родителями**

Теория: Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, австрийский проводник, восьмерка, стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брам-шкотовый штык, схватывающий и т.п. Оработка навыков завязывания туристских узлов. Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.

Практика: постановка дистанции, мини-соревнования между командами «Мама, папа и я – туристская семья». Участие в личных зачетах по прохождению дистанции.

#### **5. Спортивное туристическое многоборье**

Теория: Спортивное туристическое снаряжение. Страховки и само страховки. Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами (параллельные перила). Подъём по склону по перилам спортивным способом. Подъём по склону по судейским перилам с само страховкой. Спуск по склону по судейским перилам с само страховкой. Навесная переправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.

#### **6. Спортивное ориентирование**

Теория: Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования. Измерение расстояний на местности (шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приёмы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движения по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приёмы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.

#### **7. Походы выходного дня**

Практика: Совместное осуществление и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного туризма, сбора краеведческого материала.

#### **8. Спортивные походы**

Практика: Пешеходный поход. Протяжённость спортивных походов, локальная протяжённость спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчёта, технического и краеведческого описания маршрута. Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся школы.; конкурс отчетов).

### **3 год обучения**

#### **1. Вводное занятие. Туристско-экскурсионные возможности родного края .**

Теория: особенности географии края: размеры территории, основные районы и их туристские возможности, природные памятники и заповедники. Географическое прошлое и рельеф. Климат. Основные реки и водоемы. Исторические и культурные памятники. Возможные экскурсии и походы по краю.

#### **2. Окружающая среда и факторы опасности**

Теория: субъективные и объективные опасности. Опасности, обусловленные природой гор: горный рельеф, камнепады, обвалы, крутизна склонов, горные реки. Климат и погода горных районов. Стихийные бедствия и аномальные климатические явления. Опасности, связанные с действиями человека.

#### **3. Экстремальные природные ситуации .**

Теория: определение экстремальной ситуации. Условия ее возникновения. Степень экстремальности.

Поведение человека в экстремальной ситуации. Практика: анализ экстремальной ситуации.

План действия и выход из экстремальной ситуации. Сигналы бедствия.

#### **4. Снаряжение .**

Теория: подбор снаряжения для похода. Требования к личному, общественному и специальному снаряжению. Особенности снаряжения для походов в различные времена года. Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе; типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки); предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).

Практика: Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток; как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, кольшки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению. Состав и назначение ремнабора, обязанности «реммастера» до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ.

#### **5. Аварийный бивак .**

Теория: причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика: роль объективных и субъективных факторов в возникновении аварийных ситуаций. Требования к биваку. Выбор места. Оборудование бивака. Бивак из подручных средств.

Практика: построение защиты от ветра, дождя, снега. Подбор древесины для костра. Типы костров и их характеристика. Разведение костра без спичек. Поведение группы на аварийном биваке. Снятие лагеря в аварийном случае.

#### **6. Обеспечение питанием в походе .**

Теория: значение правильной организации питания в сложных условиях. Энергетические затраты и их компенсация.

Витамины. Белки, жиры, углеводы. Характеристика некоторых продуктов питания. Водно-солевой режим.

Практика: способы добычи и обеззараживания воды. Нетрадиционные формы питания. Съедобные растения.

Зачет.

#### **7. Доврачебная помощь силами группы .**

Теория: характерные заболевания, их симптомы и лечение. Первая помощь при травмах.

Практика: наложение повязок, шин. Оказание первой помощи при различных травмах. Изготовление носилок, транспортировка пострадавшего. Применение дикорастущих лекарственных растений.

Тестирование по оказанию ПДП.

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

Теория: стороны горизонта. 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: ориентирование без карты и компаса, по часам. Ориентирование без карты и компаса, рельефу, природным объектам. Практическое ориентирование в сложных условиях. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов. Особенности ориентирования в горной и лесной местности, при сложных метеорологических условиях. Действия группы при потере ориентировки. Участие в мини-соревнованиях.

#### **9. Техническая подготовка .**

Теория: тактика и техника в пешеходном туризме. Движение на маршруте по тропам. Принцип экономии сил. Движение на подъемах и спусках различной крутизны и твердости грунта. Работа с альпенштоком.

Практика: преодоление завалов, скопления валунов, ям, канав. Водные переправы. Движение по лесу. Узлы их группы и применение. Работа на склонах различной крутизны. Основы работы на скальном участке.

#### **10. Туристские походы .**

Практика: Пешеходный поход. Протяжённость спортивных походов, локальная протяжённость спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчёта,

технического и краеведческого описания маршрута. Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся школы.; конкурс отчетов).

### Тематическое планирование

#### І-ІІ года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Общее кол-во часов	теория	практика
I	Вводное занятие.	1	1	0
II	Краеведение.	2	1	1
III	Туристические узлы.	8	5	3
IV	Топография.	2	1	1
V	Спортивное туристическое многоборье	4	1	3
VI	Спортивное ориентирование.	5	2	3
VII	Походы выходного дня	6	1	5
VIII	Спортивные походы	6	1	5
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>13</b>	<b>21</b>

### Тематическое планирование

#### ІІІ год обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Общее кол-во часов	теория	практика
I	Вводное занятие. Туристско-экскурсионные возможности родного края	1	1	-
II	Окружающая среда и факторы опасности	2	1	1

III	Экстремальные природные ситуации	2	1	1
IV	Снаряжение	6	3	3
V	Аварийный бивак.	2	1	1
VI	Обеспечение питанием в походе	2	1	1
VII	Доврачебная помощь силами группы	3	1	2
VIII	Ориентирование в сложных погодных условиях. Ориентирование по компасу	4	2	2
IX	Техническая подготовка	6	1	5
X	Туристские походы	6	1	5
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>13</b>	<b>21</b>

### Учебно – тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов
Раздел 1. Введение – 1 час		
1	Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма .	1
Раздел 2. Краеведение – 2 часа		
2	Рельеф и климатические особенности родного края	1
3	Знакомство с картой области	1
Раздел 3.– Топография 2часа		
4	Топографические карты и топографические знаки.	1
5	измерение расстояний на карте и на местности.	1
Туристские узлы-8ч		
6	Узлы и их применение в туризме	1
7	Отработка навыков завязывания туристских узлов	1
8-9	Отработка навыков завязывания туристских узлов	2
10-11	Отработка навыков завязывания туристских узлов	2
12-13	Отработка навыков завязывания туристских узлов	1
14	Отработка навыков завязывания туристских узлов	1
15-16	Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.	2
. Спортивное туристическое многоборье -4		
17	Спортивное туристическое снаряжение	1
18	Страховки и самостраховки.	
19	. Навесная переправа.	
20	Переправа по верёвке с перилами	
Спортивное ориентирование-5		
21	Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви	1

22	Правила соревнований по спортивному ориентированию.	1
23	Спортивное снаряжение.	1
24	. Приёмы пользования компасом.	1
25	. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности.	1
Походы выходного дня -6		
26-30	Совместное осуществление и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного туризма, сбора краеведческого материала.	6
Спортивные походы -6		
31-32	Пешеходный поход. Протяжённость спортивных походов, локальная протяжённость спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов.	3
33-34	. Ориентирование на маршруте.	3

### **Информационно-методическое обеспечение**

#### **Список литературы для преподавателя:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт. Программа внеурочной деятельности. Сборник материалов по организации туристской и краеведческой работы для вожатых общеобразовательных учреждений. - М.:МГДД (Ю)Т,2010.-96с.
  2. Программа физического воспитания. Автор Г.И. Погадаев. Стандарты второго поколения. Внеурочная деятельность школьников. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991г.;
  3. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар,2011.
- Информация из интернета
4. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.
  5. Антропов К., Шибяев А. В. Переправа, М. , ЦДЮТур, 1998.
  6. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.
  7. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
  8. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.
  9. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.
  10. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М. , 1992.

11. Куликов В. , Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. , ЦДЮТур, 1997.
12. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
13. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТ, 1997.
14. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.
15. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.
16. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
17. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.
18. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
19. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
20. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М. , 1982, 2001.
21. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М , 1995;
22. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000
23. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.
24. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.
25. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.
26. Рыжавский Г. Я. Биваки. М., ЦДЮТур. 1995.
27. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.
28. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
29. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1990.
30. Энциклопедия туриста. М., 1993

#### **Список литературы для учащихся**

1. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.
2. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.
3. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайсЮТур, 1999.
4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
5. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995.
6. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС 2000.
7. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.
8. Энциклопедия туриста. М., 1993.

Лист корректировки рабочей программы

№	Тема	Причина корректировки