Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дом детского творчества
Калининского района Санкт-Петербурга

Рассмотрена и принята
педагогическим советом
«__» _____ 2018г.
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № _____ от «__» _____ 2018 г.

Директор ГБУ ДО ДДТ
_____ Т.Н. Марусенко

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ТУРИЕНОК»

Возраст учащихся: 6-11 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик(и):
Комарова И.Н.,
педагог дополнительного образования;
Федорова К.Б.,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее ДООП или образовательная программа) «Туриенок» реализуется с 2008 года

Направленность: социально-педагогической направленности.

Уровень освоения программы: базовый.

Актуальность: В программе просматривается интеграция с базовыми предметами программы начальной школы, что обеспечивает возможность обращаться к уже имеющимся знаниям, умениям и навыкам обучающихся, обобщать и учить применять их в других областях.

Программа предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, скалолазании, ведении краеведческих наблюдений, оказании первой помощи, технике безопасности при нахождении в лесу, на озере и проч., приобретение необходимых знаний, умений и навыков для получения звания «Юный турист России».

Отличительные особенности: Данная программа предусматривает участие младших школьников в мероприятиях туристской направленности для начальной школы. Закончив обучение по этой программе, обучающиеся могут продолжить занятия по другим программам туристской направленности, имея базовые знания, умения и навыки.

В большинстве программ по туризму, предназначенных для младших школьников, обучающиеся занимаются преимущественно туристско-краеведческой и экскурсионной деятельностью. В данной же программе основной становится туристско-спортивная деятельность: спортивные тренировки, работа с веревками, спортивное ориентирование и т.д.

Адресат программы: Данная программа предназначена для учащихся с 6 до 11 лет, участвующих в освоении программы; принимаются все желающие при отсутствии у них медицинских противопоказаний.

Программа способствует всестороннему развитию личности ребенка. В процессе подготовки к выездам, при подготовке к соревнованиям и участия в них у детей появляются такие важные качества, как упорство, мужество, взаимовыручка, целеустремленность, выносливость, воля к победе. Важно, что по программе может заниматься любой ребенок. Здесь они находят возможность научиться самостоятельному, взрослому поведению.

Цель: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение основам туристской деятельности
- Обучение основам спортивного ориентирования и скалолазания

Развивающие:

- Укрепление здоровья.
- Развитие мелкой моторики (вязание узлов)
- Развитие образного мышления (работа с картографическим материалом)
- Развитие силы и ловкости
- Участие в соревнованиях туристско-спортивного направления

Воспитательные

- Формирование детского коллектива (работа в команде)
- Воспитание бережного отношения к природе
- Воспитание культуры здорового образа жизни

Условия реализации программы: Программа рассчитана на детей 6-11 лет

Данная программа рассчитана на 2 года обучения. 72 часа. Сложность подаваемого материала зависит от уровня знаний, умений и навыков обучающихся. После ее прохождения, учащиеся могут продолжить занятия по другим программам туристско-краеведческого направления, переходя сразу на второй год обучения.

Основной набор производится в начале учебного года, возможно зачисление обучающихся на второй год обучения по результатам тестирования. Целесообразно проводить занятия в тесном сотрудничестве с родителями.

Организация образовательного процесса:

Учебно-тренировочный процесс включает в себя:

- 1 час в неделю – игровые занятия в спортивном зале, на стадионе или на скалолазательном стенде, работа с раздаточным материалом, просмотр учебных видеофильмов и проч.

√ Ориентирование и игры по станциям в зале и на природе

√ Выезды и творческие задания после выездов

√ Занятия могут быть групповые и в звеньях

√ Участие в соревнованиях

Планируемые результаты:

личностные,

- бережное отношение к природе
- навыки здорового образа жизни

метапредметные

- улучшение памяти и внимания;
- укреплено общее физическое развитие
- умеют вязать узлы «проводник», «двойной проводник», «проводник восьмерка», «штыки», «грепвайн», «встречный», «встречная восьмерка», «булинь», «шкотовый»
 - сплочение детского коллектива, появление общих интересов;

предметные

- знают, как вести себя в лесу, транспорте для обеспечения безопасности
- уверенно пользуются картой и компасом
- организуют укрытие от дождя
- проходят спортивные веревочные дистанции 1 класса
- прохождение трасс на искусственном рельефе

Учебный план 1 года обучения

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Опрос
2	Техника безопасности	2	1	1	Опрос
3	Общая физическая подготовка	10	-	10	Тестирование 2 раза в год
4	Туристические навыки	12	1	11	Зачет
5	Топография и ориентирование	10	1	9	Тест
6	Оздоровительное скалолазание	12	1	11	Участие в соревнованиях по скалолазанию
7	Соревнования	5	-	5	Участие в соревнованиях районного уровня
8	Краеведение	3	1	2	Зачет, выполнение творческих заданий
9	Основы гигиены и первой помощи	4	1	3	Тест
10	Техника и тактика туризма	12	1	11	Зачет
11	Итоговое занятия	1	-	1	Тест
	Итого	72	8	64	

Учебный план 2 года обучения

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Опрос
2	Техника безопасности	2	1	1	Опрос
3	Общая физическая подготовка	9	-	9	Тестирование 2 раза в год
4	Туристические навыки	12	1	11	Зачет
5	Топография и ориентирование	10	1	9	Тест
6	Оздоровительное скалолазание	13	1	12	Участие в соревнованиях по скалолазанию
7	Соревнования	4	-	4	Участие в соревнованиях районного уровня
8	Краеведение	2	1	1	Зачет, выполнение творческих заданий
9	Основы гигиены и первой помощи	4	1	3	Тест
10	Техника и тактика туризма	14	2	12	Зачет
11	Итоговое занятия	1	-	1	Тест
	Итого	72	9	63	

Предложенная в учебном плане разбивка часов носит скорее рекомендательный характер и может быть изменена педагогом перед началом учебного года.

Выстраивание разделов образовательной программы имеет внутреннюю логику и целесообразно, по мнению составителя программы.

1 год обучения

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам туристской деятельности
- обучить основам спортивного ориентирования и скалолазания

Развивающие:

- развивать мелкую моторику (вязание узлов)
- развивать образное мышление (работа с картографическим материалом)
- развивать силы и ловкости

Воспитательные:

- воспитание любви к природе,
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, ответственности

Планируемые результаты:

Личностные:

- имеют навыки взаимодействия в команде,
- бережно относятся к природе,

Предметные:

- знают основы техники скалолазания на простых трассах
- умеют вязать простые узлы, применяемые в спортивном туризме
- выполняют технические приемы при движении по скалодрому

Метапредметные

- знают основы спортивного ориентирования
- соблюдают технику безопасности

Содержание программы 1 года обучения

1. Вводное занятие. Техника безопасности:

- ТБ во время занятий и поездок
- **Практические занятия:** беседа.

2. Общая физическая подготовка:

- **Практические занятия:** игры, эстафеты в зале и на улице.

3. Туристические навыки:

- Правила нахождения в лесу, разведения костров.
- **Практические занятия:** разведение костров, беседы по охране природы, постановка палатки.

4. Топография и ориентирование:

- Цвета на карте, виды условных знаков, рисование карт с помощью условных знаков, стороны света.
- **Практические занятия:** зальное и парковое ориентирование, тесты и задания по работе с картой и компасом.

5. Оздоровительное скалолазание:

- Скалолазание как средство профилактики нарушения осанки. Крепкие, эластичные мышцы – залог здоровья позвоночника. Необходимость укрепления мышц спины, живота, рук и ног для формирования и поддержания правильной осанки. Разминка скалолаза как средство укрепления мышц и предупреждение травм при лазании.
- **Практические занятия:** тренировки на скалодроме, растяжка мышц при лазании, развитие координации и ловкости при лазании на скорость.

6. Соревнования:

- **Практические занятия:** Виды соревнований по ориентированию, скалолазанию. участие в районных и городских соревнованиях, в т.ч. районные соревнования по ориентированию, скалолазанию, парковое ориентирование «Снежная тропа».

7. Краеведение:

- Топонимика Ленинградской области, районы, интересные для посещения.
- **Практические занятия:** тесты, игры, беседы.

8. Основы гигиены и первой помощи:

- Причины травм и их профилактика. Личная гигиена занимающихся. Гигиена обуви и одежды. Соблюдение гигиенических требований в походе. Помощь при различных травмах.
- **Практические занятия:** решение ситуативных задач, беседы.

9. Техника и тактика туризма:

- Общие понятия о самостраховке, туристические обвязки, карабины, их использование на практике.

Практические занятия: узлы «восьмерка», «Прусса», преодоление переправ

10. Итоговое занятие. Планы на следующий учебный год, Подведение итогов года.

Способы проверки:

Отзывы родителей и учителей, тестовые задания, соревнования, контрольные выезды.

2 год обучения

Задачи:

Обучающие:

- научить навыкам спортивного туризма;
- изучить климатические особенности, флоры и фауны родного края;
- обучить постановке лагеря;
- обучить навыкам по оказанию первой помощи;

Воспитательные:

- воспитание любви к природе, к истории родного края;
- воспитание волевых качеств;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки

Развивающие:

- развитие способности преодолевать трудности;
- развитие творческих способностей;
- развитие силы, координации, ловкости, гибкости, общей физической выносливости

Планируемые результаты:

Личностные:

- умеют бережно относиться к природе,

Предметные:

- знают правила вида спорта «спортивный туризм»
- владеют основами техники скалолазания
- умеют вязать основные узлы, применяемые в спортивном туризме
- выполняют технические приемы для участия в соревнованиях группы дисциплин «дистанция»
- выполняют технические приемы при движении по скалодрому

Метапредметные

- знают основы первой помощи и гигиены спортсмена
- знают основы спортивного ориентирования и топографии
- соблюдают технику безопасности

Содержание программы 2 года обучения

1. Техника безопасности:

- Техника безопасности во время занятий, на выездах, соревнованиях и в походах. Причины несчастных случаев. Действия в экстремальных ситуациях.
- ***Практические занятия:*** приемы страховки и само страховки, беседы.

2. Общая физическая подготовка:

- ***Практические занятия:*** тренировки в спортзале и на улице, кроссы, спортивные игры и эстафеты, упражнение на укрепление мышц рук, ног, спины, пресса.

3. Туристические навыки:

- Режим питания, приготовление пищи в полевых условиях, специальное туристическое снаряжение, движение по лесу, виды костров и способы их разведения.
- ***Практические занятия:*** постановка палатки, разведение костра, приготовление пищи под руководством старших, однодневные походы и выезды.

4. Топография и ориентирование:

- Техника и тактика ориентирования, виды карт, виды условных знаков, изображения рельефа, техника работы с компасом, определение расстояния по карте и местности.

- **Практические занятия:** зальное и парковое ориентирование, тесты и задания по работе с картой, компасом и масштабом
5. Оздоровительное скалолазание:
 - Лазание на сложность, боулдеринг, траверс. Виды соревнований по скалолазанию. Способы преодоления естественных вертикальных препятствий.
 - **Практические занятия:** тренировки на скалодроме, развитие координации, силы и ловкости при лазании на скалолазательном стенде.
 6. Соревнования:
 - **Практические занятия:** Виды соревнований по спортивному туризму, ориентированию, скалолазанию участие в школьных, районных и городских соревнованиях по зальному и парковому ориентированию, участие в районных соревнованиях по скалолазанию, участие в туристских соревнованиях в районе.
 7. Краеведение:
 - Использование рекреационных ресурсов Ленинградской области в разные сезоны. Богатство природы родного края.
 - **Практические занятия:** тесты, игры, беседы, путешествия.
 8. Основы гигиены и первой помощи:
 - Простые и сложные травмы и их причины. Действие группы при травме участника на соревнованиях и во время движения в лесу, городе.
 - **Практические занятия:** решение ситуативных задач, беседы, тесты.
 9. Техника и тактика туризма:
 - Способы преодоления естественных препятствий. Организация переправ. Движение в группе. Узлы и их применение. Специальное туристское снаряжение. Использование картографического материала.
 - **Практические занятия:** туристские узлы и их использование при наведении переправ, организации страховки, преодоление переправ, движение в группе.
 10. Итоговое занятие. Планы на следующий учебный год, Подведение итогов года.

Формы подведения итогов освоения образовательной программы:

- двухдневные походы
- результаты выступлений на районных и городских соревнованиях
- выполнение разрядов по виду спортивный туризм
- сдача нормативов Общее физическое развитие

Программа ориентирует воспитанников на знакомство с различными формами туризма: спортивный туризм дисциплина-дистанция, спортивный туризм дисциплина-маршрут (пеший, водный, лыжный). Большое внимание уделяется организации переправ, самостраховки, командной страховки, технике безопасности на дистанциях и маршрутах. Тренинги по доврачебной подготовке позволяют научиться оказывать доврачебную помощь, вести себя правильно в экстренной ситуации.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов. Преподаватель должен воспитывать у обучающихся умение и навык самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований “Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации”, “Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации”.

Практические занятия проводятся на местности (на стадионе, в парке) и в помещении (в кабинете, спортзале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки могут отрабатываться на выездах, учебно-тренировочных сборах, на соревнованиях и других спортивных мероприятиях. Приведенный перечень практических занятий является примерным и может быть изменен педагогом в зависимости от условий работы объединения.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностика обучающихся по программе «Туриенок».

Диагностика обучающихся осуществляется для проверки и оценки уровня физической подготовки, приобретенных навыков и освоения умений и тактик индивидуального действия воспитанников, через систему контрольных тренировок, тестов по физической подготовке, показательных выступлений, спортивных соревнований, а так же тестирования по вопросам, рассматривавшимся в теоретической части. Основными способами определения полноты реализации и результативности программы являются - тестирование, анкетирование, беседа, наблюдение, соревнование и др.

1. Предварительная диагностика осуществляется в начале учебного года (в конце сентября), для оценки уровня развития общей физической подготовленности учащихся, осуществляется педагогом в форме тестирования **«Контрольные нормативы по общей физической подготовке»**.

2. Промежуточная диагностика осуществляется в середине учебного года (в январе), для оценки приобретенных навыков, освоения умений и тактик индивидуального действия, с использованием комплекса **контрольных упражнений по общей и специальной физической** подготовленности учащихся, с учетом показателей тренировочной и соревновательной деятельности. **«Контрольные нормативы по специальной подготовке»**.

3. Итоговая диагностика учащихся осуществляется в конце учебного года (в мае) и заключается в выполнении контрольных нормативов по **общей физической подготовке «Контрольные нормативы по специальной подготовке» и по овладению специальной подготовкой туриста «Тесты по специальной подготовке туриста»**. В группах учащихся старшего возраста возможно проведение зачетных мероприятий по теоретической подготовке. По результатам сданных нормативов учащиеся либо переводятся на следующий уровень подготовки, либо остаются повторно на том же уровне для дополнительного прохождения этапа. Окончательное решение о переводе учащегося на следующий этап обучения принимает педагогом.

«Контрольные нормативы по «специальной физической подготовке».

Поднимание туловища из упора лежа— индивидуальное выполнение упражнения. Цель — выполнить как можно больше элементов за одну минуту. Участнику даётся одна попытка. Записывается количество выполненных упражнений за одну минуту.

Подтягивание из виса (начиная с третьего года обучения) — индивидуальное выполнение упражнения. Цель — выполнить как можно больше элементов за одну минуту. Участнику даётся одна попытка. Записывается количество выполненных упражнений за одну минуту.

Приседания — индивидуальное выполнение упражнения. Цель — выполнить как можно больше элементов за одну минуту. Участнику даётся одна попытка. Записывается количество выполненных упражнений за одну минуту.

Лазание на скорость — вид дистанции спортивного туризма— индивидуальное лазание или парная гонка на время. Цель — подняться по наклонной навесной переправе до конца трассы за минимальное время. На втором году обучения к навесной переправе добавляется вертикальный спуск, на последующих годах обучения добавляется подъем с жюмаром по вертикальным перилам и спуск по наклонной навесной переправе вниз . Используется верхняя страховка. Как результат записывается время прохождения дистанции.

Результаты тестирования записываются в таблицу (приложение 1,2).

«Тесты по специальной подготовке туриста» описание методики

Тест собери рюкзак (для первого года обучения):

Обучающимся выдаются бланки с набором слов.

Нужно обвести кружочком то, что мы берем с собой в поход и вычеркнуть то, что мы с собой не берем.

- рюкзак
- кукла
- коврик
- планшет
- ложка, миска, кружка
- спальник
- игрушечная машинка
- носки
- шапка
- туалетная бумага
- кораблик
- подушка
- плюшевый мишка
- бинт
- конфеты
- телевизор
- стул
- гиря
- куртка
- телефон
- компас
- палатка
- одеяло

Тест оценивается количеством правильных ответов, один правильный ответ-1 балл.

Тест для второго года обучения:

Обучающимся выдаются бланки с вопросами. Они должны на нем написать правильный ответ.

- 1) Где на карте находится север
- 2) В какое время солнце находится на юге
- 3) Каким цветом на карте обозначена вода
- 4) Каким цветом на карте обозначены тропинки
- 5) Каким цветом на карте обозначены строения
- 6) Каким цветом на карте обозначен лес
- 7) Что должен спросить лезущий у страхующего перед началом движения
- 8) Можно ли страховать лезущего с ФСУ без перчаток
- 9) Что нужно делать если потерялся в лесу
- 10) Название спускового устройства
- 11) Как нужно идти траверсом по склону
- 12) Можно ли мыть посуду в водоеме
- 13) В какой одежде можно дежурить около костра

Тест оценивается количеством правильных ответов, один правильный ответ-1 балл.

Методическое обеспечение

Тема, раздел	Используемые формы занятий	Учебные пособия для детей, схемы, игры и др.	Раздаточный материал	Техническое оснащение занятий
Техника безопасности	Лекция, ознакомление с инструкциями по технике безопасности	Инструкции по Техника безопасности:		
Общая физическая подготовка	Игры, эстафеты, командные игры, работа в парах			Спортивный инвентарь: мячи, скакалки и т.д.
Туристические навыки	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия на местности		Списки снаряжения	Туристское снаряжение: палатки, котлы и т.д.
Топография и ориентирование	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия на местности	Тесты, рисунки, таблицы	Карточки, спортивные карты, компаса, таблицы условных знаков	Призмы контрольных пунктов
Оздоровительное скалолазание	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия на скалодроме			Стенд скалодрома, специальное снаряжение: веревки, карабины и т.д.
Соревнования	Выезды за город, в парки, другие образовательные учреждения		Схемы узлов	Специальное снаряжение: веревки, карабины, страховочные системы. Спортивный инвентарь
Краеведение, рекреация, фенология	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия, творческие задания	Тесты, рисунки (изображения животных, растений и т.д.)	Рисунки	
Первая доврачебная помощь	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия	Тесты, схемы наложения повязок		Бинты, шины, индивидуальный пакет (бинт, пластырь, йод)
Техника и тактика туризма	Игры, эстафеты, командные игры, практические занятия, участие в соревнованиях	Тесты	Схемы узлов	Специальное снаряжение: веревки, карабины, страховочные системы и т.д.

Информационные источники
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Багаундинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальной школы.- М.: ЦДЮТур, 1996. – 144 с.
2. Берсон Г.З., Дикорастущие съедобные растения.- Л.: Гидрометеиздат, 1991.- 72с.
3. Виноградов Ю.Н., Митрухова Т.В., Воскресные путешествия пешком.- Л.: Лениздат, 1984.- 144с.
4. Даринский А.В., Ленинград и Ленинградская область.- Л.: Лениздат, 1968.- 112с.
5. Даринский А.В., Ленинградская область.- Л.: Лениздат, 1975.- 384с.
6. Журнал «Ветер странствий» Выпуски 1984-1992 г.
7. Завьялова Т.П. Методические рекомендации по организации и проведению учебных занятий с использованием подвижных игр в процессе подготовки юных туристов (из опыта работы). - Тюмень: ТГУ, 1993.
8. Иппо Б.Б., Турчанинов Н.Н., Штин А.Н., Карельский перешеек.- Л.: Лениздат, 1962.- 432с.
9. Исаченко Г.А., Памятники природы- наше общее достояние/ Пояснительная записка к карте ценных природных объектов, подлежащих охране/Экологический фонд Всеволожского района Ленинградской области.- СПб., 1993.- 24с.
10. Карманный справочник туриста/ Автор- составитель Ю.А.Штюрмер.- 2-е изд., с изм. и доп..- М.: Профиздат, 1982.- 224с.
11. Клещин В.М., Серебряный А.В. «Туристская топография» М. 1985
12. Кокорев Ю.М. Туризм- школа воспитания.- Минск.: «Полымя», 1982.- 78с.
13. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2006.
14. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
15. Кувватов С.А. Активный отдых на свежем воздухе Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 311 с.
16. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании.- М.: Просвещение, 1980. – 108 с.
17. Куприн А.М. Умей ориентироваться на местности. - М.: ДОСААФ, 1968. – 71 с.
18. Новикова Н.Т. Основы техники скалолазания на специальных стендах (тренажерах)/ Учебно-методическое пособие по спортивному скалолазанию для студентов учебных отделений. – СПб.: 1996.
19. Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков / под ред. Губаненкова С.М. – С-Пб.: Издательский дом «Петрополис», 2007. – 278 с.
20. Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б., Калинина Т.О. Валеология – основы безопасности жизни ребенка. – Санкт-Петербург: «Петрос», 1995. – 214 с.
21. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов: Программа и методические рекомендации для учителя. / Автор-составитель Ф.Г. Багаундинова. – Казань: Республиканская СЮТур, 1991. – 21 с.

22. Пашканг К.В., Родзевич Н.Н. Основные правила поведения учащихся в природе. // География в школе, 1982. - № 5.
23. Руденко Г. Первая помощь на скалах (брошюра со Скального фестиваля)
24. Туристско-краеведческие кружки в школе/ Методические указания для руководителей/ Под ред. В.В.Титова.- М.: Просвещение, 1988.- 158с.
25. Усков А.С. Практика туристских путешествий. – СПб.: Геос, 1999
26. WWW страницы, посвященные заболеваниям позвоночника.
27. WWW страницы, посвященные скалолазанию.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Берсон Г.З. Дикорастущие съедобные растения.- Л.: Гидрометеиздат, 1991.- 72с.
2. Даринский А.В. Ленинград и Ленинградская область.- Л.: Лениздат, 1968.- 112с.
3. Даринский А.В. Ленинградская область.- Л.: Лениздат, 1975.- 384с.
4. Изотова О., Усевич Д. «Завязывай» (брошюра с узлами) со «Скального фестиваля»
5. Иппо Б.Б., Турчанинов Н.Н., Штин А.Н., Карельский перешеек.- Л.: Лениздат, 1962.- 432с.
6. Исаченко Г.А., Памятники природы- наше общее достояние/ Пояснительная записка к карте ценных природных объектов, подлежащих охране/Экологический фонд Всеволожского района Ленинградской области.- СПб., 1993.- 24с.
7. Карманный справочник туриста/ Автор- составитель Ю.А.Штюрмер.- 2-е изд., с изм. и доп..- М.: Профиздат, 1982.- 224с.
8. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании.- М.: Просвещение, 1980. – 108 с.
9. Куприн А.М. Умей ориентироваться на местности. - М.: ДОСААФ, 1968. – 71 с.
10. Руденко Г. Первая помощь на скалах (брошюра) со «Скального фестиваля»
11. Словарь юного туриста. – М.: ЦДЮТиК, 2004. – 76 с.
12. Усков А.С. Практика туристских путешествий. – СПб.: Геос, 1999

ЛИТЕРАТУРА, НЕОБХОДИМАЯ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Алексеев А.В. Себя преодолеть. – М.:Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 152 с.
3. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 160 с.
4. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981. – 205 с.
5. Воробьев Р.И. Питание и здоровье. – М.: Медицина, 1990. – 160 с.
6. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. Туризм и спортивное ориентирование. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
7. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 68 с.

8. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
9. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 228 с.
10. Константинов Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. М.: ЦДЮТиК, 2001. – 180 с.
11. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
12. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 111 с.
13. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: Владос, 2000. – 160 с.
14. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2007. – 278 с.
15. Озолин Н.Г. Путь к успеху. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 95 с.
16. Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1985. – 104 с.
17. Петров В.К. Сила нужна всем. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 160 с.
18. Пешеходный туризм. Сборник официальных документов. – Казань: 2004.
19. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. – М.: Новая школа, 1995. – 144 с.
20. Словарь юного туриста. – М.: ФЦДЮТиК, 2004. – 76 с.
21. Теория и методика физического воспитания. – М.: Просвещение, 1988. – 224 с.
22. Туризм и краеведение: программы для системы дополнительного образования детей. – М.: Советский спорт, 2005. – 324 с.
23. Туристская игротека. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 56 с.
24. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. – М.: Просвещение, 1990. – 159 с.
25. Штюрман Ю. Туристу – об охране природы. – М.: Профиздат, 1975. – 104 с.
26. Энциклопедия туриста / Редкол.: Тамм Е.И., Абуков А.Х. и др. – М.: Большая Российская Энциклопедия, 1993. – 607 с.
27. Янгсон Р.М. Первая помощь. – М.: Астрель, 2002. – 192 с.