

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Отраденская средняя школа
городского округа город Михайловка
Волгоградской области»

Принята на заседании
педагогического совета
от 31.08.2022 г.
Протокол № 1



**Дополнительная общеобразовательная
Общеразвивающая программа
Туристско – краеведческой направленности
«Юный турист»
Возраст обучающихся 10 – 13 лет
Срок обучения 1 год.**

Автор составитель:
учитель физической культуры
Онищенко А.С.

п. Отрадное 2022 год

Пояснительная записка

Туризм как форма активного отдыха и дополнительного образования полезен каждому ребенку. Мало сказать, полезен - он необходим каждой развивающейся личности, ибо, как сказал Гете: "Без странствований не создается ни одна индивидуальность".

Познавательные и спортивные возможности туризма создают благоприятные условия для интересного и полезного в образовательном и воспитательном отношении проведения досуга школьников. Поэтому туристская деятельность должна занимать значительное место в свободном от учебы времени детей и подростков, в период каникул, в воскресные и праздничные дни и являться одним из основных направлений внешкольной воспитательной работы.

Дополнительная образовательная программа «Юный турист» адресована учащимся кадетских и навигаторских классов через проведение непрерывной, систематической, комплексной подготовки и направлена на приобретение детьми основных знаний по технике и тактике туризма, ориентировании на местности, оказании первой медицинской помощи, знакомство с проведением туристических соревнований.

Программа носит практико-ориентированный характер. Для отработки практических навыков в программе предусмотрено проведение однодневных и многодневных походов.

Актуальность программы обусловлена тем, что 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.).

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристская деятельность сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь, своей Малой Родины. Занятия в объединении «Юный турист» способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Программа позволяет решить и проблему профориентации. Занятия туризмом в последствии дают возможность трудиться в промышленном альпинизме, быть инструктором и экскурсоводом, профессиональным спортсменом, служить в МЧС и бригадах спецназа, работать учителем физкультуры и тренером в спортивных школах.

Отличительной особенностью данной программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой. Сочетание туризма со спортивной направленностью программы позволяет применять средства и методы обучения из области физической культуры и спорта во взаимосвязи с местным историческим, экологическим, географическим аспектами, индивидуализировать процесс обучения, направив его на «неперспективных» в спорте учащихся в русло развития личностных качеств и достижения успеха в смежных областях.

Программа «Юный турист» в отличие от узкопрофильных программ в сфере

индивидуализировать процесс обучения, направив его на «неперспективных» в спорте учащихся в русло развития личностных качеств и достижения успеха в смежных областях.

Программа «Юный турист» в отличие от узкопрофильных программ в сфере туризма, является синтезом смежных с туризмом областей знаний: картографии, спортивного ориентирования, медицины, физической культуры, туристского многоборья и автономного существования и может быть основой для обучения по программам: «Юный спасатель», «Школа выживания».

Данная программа является образовательной, развивающей.

Возраст воспитанников от 10 до 13 лет.

Вид группы - профильный.

Состав группы - постоянный.

Набор детей в группы осуществляется независимо от их способностей и умений при наличии медицинской справки о допуске к занятиям туристской деятельностью.

Наполняемость групп – 12-15;

Форма занятий - групповая.

Обучение в коллективе рассчитано на 1 год

Общее количество часов за год – 34 часа:

Количество занятий в неделю: 1 раз по 1 часу

Продолжительность занятия – 40 минут.

Цели программы:

- совершенствование нравственного и физического воспитания детей средствами туристской деятельности, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;
- развитие активной туристско-спортивной деятельности.

Поставленные цели будут достигнуты при решении *следующих задач*, реализуемых в комплексе (обучающих, развивающих, воспитательных).

- Обучать основным навыкам туристской деятельности;
- обучить элементарным навыкам существования в природе;
- научить планировать и осуществлять выход из различных ситуаций;
- развивать умения оценивать свои действия и корректировать их;
- развивать интерес к туристической деятельности;
- развивать двигательную и познавательную активность;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- научить сотрудничать с товарищами в процессе совместных действий;
- воспитать чувство патриотического сознания: любовь и бережное отношение к природе, к истории и культуре края.

С целью контроля над качеством реализации программы и повышения уровня развития участников коллектива, необходимо наладить учет спортивно-туристских достижений каждого воспитанника:

Программа разработана на основе дополнительных образовательных программ по туризму: «Спортивное ориентирование», «Юные инструкторы туризма» (А.Г.

Маслов), «Туризм и краеведение» (В.В. Шляков), «Туризм и краеведение» с учетом требований к дополнительным образовательным программам. Отличается от них продолжительностью обучения, расчасовкой, универсальным подходом к обучению, упором на природные особенности Нефтеюганского района, материальной базой.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		
		всего	теория	практика
	Вводное занятие	<u>1</u>	<u>1</u>	
1.	Организация и проведение туристских походов и путешествий.	<u>3</u>		
1	1. Участники похода. Их права и обязанности. Техника безопасности в походе	0.5	0.5	
	2. Снаряжение, необходимое в туристских походах.	1	0.5	
	3. Укладка рюкзака. Установка палатки.	1	0.5	1
	4. Организация стоянки. Типы костров и их назначение.	0.5	0.5	
2	Питание в туристском походе.	<u>4</u>		
	1. Значение правильного питания в походе. Список продуктов для однодневного похода	2	0.5	2
	2. Упаковка, хранение и транспортировка продуктов. Правила приготовления пищи на костре. Рецепты основных блюд.	2		2
3	Узлы	<u>10</u>		
	1. Виды веревок и узлов.	4	0.5	2
	2. Техника вязки узлов.	5	0.5	2
	3. <u>Контрольное занятие.</u>	1		1
4	Техника движения и преодоления препятствий.	<u>9</u>		
	1. Правила движения группы на маршруте.	1	0.5	1
	2. Организация страховки и самостраховки.	1	0.5	
	3. Техника передвижения по пересечённой местности.	1	0.5	2
	4. Техника движения по заболоченной местности	2	0.5	1
	5. Техника преодоления реки, оврага различными способами.	1		1
	6. Переправа по бревну, маятник.	3		1
5	Основы гигиены, первая доврачебная помощь.	<u>4</u>		
	1. Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний.	1		2
	2. Оказание доврачебной помощи при кровотечениях, и отравлениях, при ожогах и обморожениях.	2		2
	3. Комплектование индивидуальной и групповой аптечки.	1		2

7	Топография и ориентирование.	<u>4</u>		
	1. Значение ориентирования для юных туристов. Карты, используемые в походах и соревнованиях. Масштабы.	0.5	0.5	2
	2. Условные топографические знаки.	1		2
	3. Компас, его строение. Работа с компасом.	1		1
	Итоговое занятие	0.5		1
Итого:		<u>34</u>	<u>6</u>	<u>28</u>
Проведение походов - вне сетки часов				

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие (1 ч.)

История развития туризма в России. Виды туризма. Особенности и перспективы развития видов туризма. Законы, правила, нормы и традиции туризма. Туристические возможности родного края. Задачи и содержание занятий. Техника безопасности во время занятий.

1. Организация и проведение туристских походов и путешествий (3 ч.)

1.1. Тема: Участники похода их права и обязанности (0.5ч.)

Права и обязанности участников туристского похода. Должности постоянные и временные. Постоянные должности: руководитель, зам. руководителя, завхоз, санитар, краевед, фотограф, ремонтник, летописец их обязанности. Временные должности: дежурные, костровые их обязанности.

1.2. Тема: Снаряжение, необходимое в туристских походах (1ч.)

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Основные требования к снаряжению.

1.3. Тема: Укладка рюкзака. Установка палатки. (1ч.)

Типы рюкзаков их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Размещение снаряжения в них. Правила поведения в палатке.

Установка двускатной и каркасной палаток

1.4. Тема: Организация стоянки. Типы костров и их назначение (0.5ч.)

Выбор места для привалов и ночлега. Основные факторы выбора места.

Планирование стоянки (выбор места для костра, для забора воды, туалетов и складирования мусора).

Типы костров и их назначение. Правила разведения костра. Заготовка дров.

Работа с топором и пилой.

2. Питание в туристском походе. (4ч.)

2.1. Тема: Значение правильного питания в походе. (2ч.)

Два варианта питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Питьевой режим на маршруте.

Список продуктов необходимых для однодневного похода. Вес и нормы дневного рациона.

2.3 Тема: Упаковка, хранение и транспортировка продуктов. (2ч.)

Условия хранения и транспортировка продуктов в походе. Различные виды упаковки продуктов.

Рецепты основных блюд: молочной каши, супы на консервах.

Составление списка продуктов для однодневного похода. Приготовление пищи на костре. Упаковка продуктов.

3. Узлы. (10ч.)

3.1 Тема: Виды верёвок и узлов. (4ч.)

Использование верёвок и узлов. Виды верёвок и узлов. Техника безопасности при работе с верёвками. Общие правила вязания узлов.

3.2 Тема: Техника вязки узлов. (5ч.)

Использование простейших узлов техника их вязания: восьмёрка, прямой, встречный, схватывающий, шкотовый, 8 встречная, булинь, рифовый.

3.3 Контрольное занятие. (1ч.)

Игра - соревнования по вязанию узлов.

Практические занятия:

Вязание узлов.

4. Техника движения и преодоления препятствий (9 ч.)

4.1. Тема: Правила движения группы на маршруте. (1ч.)

Порядок движения группы на маршруте. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, через заросли кустарников, завалы. Отработка техники движения по тропам: по лесу, через завалы, заросли кустарника.

4.2 Тема: Организация страховки и самостраховки. (1ч.)

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация страховки. Правила пользования альпенштоком. Использование альпенштока на склонах.

4.3. Техника передвижения по пересечённой местности. (1ч.)

Правила движения по травянистым склонам. Снаряжение необходимое для передвижения по пересечённой местности. Отработка техники движения при подъёме и спуске со снаряжением и без него (подъём, траверс, спуск).

4.4. Тема: Техника движения по заболоченной местности (2ч.)

Преодоление заболоченного участка по кочкам и с помощью жердей (кочки, гать). Отработка техники движения по заболоченной местности.

4.5. Тема: Техника преодоления реки, оврага различными способами. (1ч.)

Снаряжение необходимое для наведения переправы через реку, овраг. Организация навесной переправы с командной страховкой.

Организация переправы по двум параллельным верёвкам. Транспортировка груза.

4.6. Переправа по бревну, маятник. (3ч.)

Правила движения по бревну и маятником. Организация страховки. Отработка техники движения при переправе по бревну и маятником.

Практические занятия:

Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация страховки.

Использование альпенштока на склонах.

5. Основы гигиены, первая доврачебная помощь. (4ч.)

5.1. Тема: Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний (1ч.)

Понятие о гигиене. Личная гигиена при занятиях туризмом. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, купание, обтирание). Сопrotивляемость организма к простудным заболеваниям. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Гигиенические требования к обуви, одежде и снаряжению. Самоконтроль.

5.2. Тема: Оказание доврачебной помощи при кровотечениях и отравлениях,

при ожогах и обморожениях. (2ч.).

Виды кровотечений. Обработка ран, ссадин. Оказание помощи условно пострадавшему. Оказание доврачебной помощи при отравлениях. Различные степени ожогов. Оказание помощи при термических ожогах, при переохлаждении и обморожениях.

Оказание помощи условно пострадавшему (определение травмы, практическое оказание помощи).

5.3. Тема: Комплектование индивидуальной и групповой аптечки (1ч.)

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Комплектование групповой аптечки для однодневного похода.

Индивидуальная аптечка туриста.

Практические занятия:

Применение средств личной гигиены на занятиях и в походах. Подбор одежды и обуви к занятиям и походу.

Оказание помощи условно пострадавшему.

Комплектование походной аптечки.

6. Топография и ориентирование (4 ч.)

6.1. Тема: Значение ориентирования для юных туристов (0.5ч.)

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

6.2. Тема: Карты, используемые в походах. Масштабы (2ч.)

Виды карт. Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов.

Работа с картами различного масштаба. Измерение расстояния на карте.

6.3. Тема: Условные топографические знаки (1ч.)

Масштабные и немасштабные, площадные и контурные знаки.

Изучение топографических знаков по группам (гидрография, рельеф, растительность, искусственные объекты, дорожная сеть).

Топографические диктанты, упражнения, игры на запоминание знаков.

7.4. Тема: Компас, работа с ним (1ч.)

Компас. Виды компасов. Устройство спортивного жидкостного компаса, правила работы с ним. Ориентир, что может служить ориентиром.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки.

Итоговое занятие – 0.5 часа.

Планируемые результаты.

1. В области предметной деятельности:

Знать:

- нормативные документы по туризму;
- основные термины и правила туристской деятельности;
- особенности организации туристского мероприятия;
- приемы преодоления различных препятствий;
- способы оказания первой доврачебной помощи;
- способы ориентирования на местности;
- правила соревнований по туристскому многоборью;
- технику безопасности при проведении туристских мероприятий.

Уметь:

- разбить туристский бивак;
- организовать и провести туристский поход;
- преодолевать различные препятствия;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- ориентироваться на местности;

2. Должны быть сформированы следующие личностные качества:

- умение оценивать свои действия в туристской деятельности;
- умение корректировать их в зависимости от ситуации;
- ответственно относиться к изучению основ туризма;
- потребность в ведении здорового образа жизни;
- умение сотрудничать с товарищами;
- умение обсуждать и анализировать.

3. Должны быть сформированы метапредметные качества:

- осознанное стремление к освоению знаний и умений;
- умение грамотно планировать и выполнять поставленные задачи;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Условия реализации программы

Для успешной реализации необходимо иметь:

- рабочий кабинет, спортивный зал
- необходимое количество часов.

материально-техническое оснащение:

- компьютерное оборудование
- палатка, рюкзаки, топор, пила, лопата, аптечка, фотоаппарат, компасы и т.д.

материалы:

- верёвки d10мм, репшнур d6мм, концы страховочные

методическое обеспечение:

- учебные пособия, методические материалы и разработки по темам программы;
- наглядно-иллюстративные материалы: иллюстрации, топографические карты, карточки-задания, презентации, видеоматериалы;
- учебная литература.

кадровое обеспечение:

- педагог дополнительного образования, руководитель коллектива, имеющий высшее или среднее педагогическое образование с опытом туристской подготовки.

Формы аттестации

Целью аттестации является установление соответствия образовательного уровня обучающихся требованиям данной дополнительной общеразвивающей программы, установления фактического уровня теоретических знаний, практических умений и навыков обучающихся, их учебных компетенций.

Для достижения цели и задач аттестации обучающихся, в рамках реализации данной программы, осуществляются следующие виды аттестации:

- текущая аттестация;
- полугодовая и годовая аттестация.

Контроль результатов обучения осуществляется на основе критериев оценки

знаний, умений, навыков обучающихся, определенных в образовательной программе. Аттестации подлежат все обучающиеся объединения.

Форма текущей аттестации: тестирование, контрольное задание, практическая работа ...

Форма фиксации образовательных результатов по данной программе: лист наблюдений, карта успешности, зачетный лист участия в походах и соревнованиях.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки обучающихся:

- соответствие теоретических знаний программным требованиям;
- осмысленность и правильность использования специальной терминологии.

Критерии оценки уровня практической подготовки обучающихся по данной программе:

- соответствие практических умений и навыков программным требованиям;
- отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения;

Полугодовая и годовая аттестация проводится в рамках административного контрольного среза (3-я неделя декабря, 4-ая неделя апреля), согласно Положению о Зачетной Неделе.

Формы проведения аттестации: тестирование, зачет, соревнование

Перечень диагностических методик

Для изучения результатов и эффективности воспитания и развития наиболее объективными и реально измеряемыми показателями являются ведущие мотивы поведения детей, нравственные ценности и ориентации, поступки обучающихся.

- Анкета «Мотивы для занятий в детском объединении»;
- Анкета «Интерес к совместной деятельности»;
- Диагностическая карта «Уровень воспитанности обучающихся»;
- Анкета «Удовлетворённость обучающихся образовательным процессом»
- Методика «Наши отношения» (составлена по книге Л.М. Фридман)
- Методика «Репка».

Особенности методики обучения.

Обучение по данной программе построено на реализации следующих ***дидактических принципов:***

- Сознательности и активности
- Наглядности
- Доступности
- Систематичности
- Опоры на интерес детей

Главный принцип - принцип «в группе всем есть дело» - используется с первых занятий и реализуется на протяжении всего процесса обучения.

В образовательном процессе применяются следующие ***методы обучения:*** частично-поисковый, деятельностный, эвристический, словесный, наглядный, практический.

Один из эффективных путей реализации программы – использование современных ***педагогических технологий:*** личностно-ориентированного обучения, проблемного обучения, игровых технологий, коллективной системы обучения. В образовательном процессе также предусматривается использование современных информационных технологий: получение информации через интернет, выпуск

печатной продукции, работа с интернет сайтами, участие в дистанционных конкурсах.

Основной формой организации образовательного процесса является проведение групповых занятий.

Теоретическая часть занятия включает в себя объяснение нового материала по вопросам туризма. Практические занятия направлены на формирование умений и навыков по туризму и развитие физических качеств.

Кроме того, данная программа предусматривает такие формы организации обучения как походы, соревнования, слёты. Походы делятся на учебно-тренировочные походы (цель - изучение основ туризма, совершенствование туристских навыков), спортивные походы (цель – выполнение спортивных разрядов), контрольные походы.

Программа предусматривают обучение ребят азбуке туризма: сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятии об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной помощи при заболеваниях и травмах.

Очень важно воспитать у ребят сознание того, что каждый поход необходимо тщательно готовить им самим, дружно, всем вместе. Надо, чтобы они поняли на собственном опыте: хороший, интересный и полезный поход бывает только у хороших туристов - умелых и трудолюбивых. Поэтому главное внимание необходимо уделять практической работе коллектива в период подготовки к походу.

Подготовка походов включает изучение и разработку маршрута, распределение обязанностей, организационную и хозяйственную подготовку. Маршруты походов должны быть построены так, чтобы группа могла познакомиться с интересными и значимыми местами района, наиболее типичными формами рельефа, рекой, озером. Желательно, чтобы во время походов ребята посетили места добычи полезных ископаемых, побывали на карьере, в лесу и т. п. Руководитель должен быть готов привести интересные факты, рассказать легенды, связанные с местами, где проходят маршруты. Сами воспитанники делают сообщения или небольшие доклады о достопримечательных местах района похода, знакомятся с картографическим материалом.

Обязанности между участниками похода следует распределять так, чтобы каждый был занят посильным и интересным для него делом. «Поход готовят все! В походе работают все!» - вот заповедь воспитанников объединения туризма.

Процесс обучения идет по спирали: возвращаясь к старым темам, ребята глубже знакомятся с историей развития туризма, углубляют знания правил организации самостоятельных походов, детальнее изучают вопросы топографии и ориентирования, техники и тактики пешеходного туризма, вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицинской помощи в походных условиях.

Здесь особенно важно не только научить ребят основам туристской деятельности, привить им те или иные туристские навыки, но и морально подготовить их к преодолению любых трудностей и лишений в пути, к умению брать на себя большую часть работы, воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь.

Практические занятия и учебно-тренировочные походы надо строить так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно. Очень важно, чтобы они привыкли

быстро, дружно, толково работать на биваке и на препятствиях, не прятались бы за спины.

В воспитании грамотных и культурных туристов огромное значение имеют разборы походов. Практически важно после каждого учебно-тренировочного похода на очередном занятии коллектива или прямо в походе у вечернего костра уделить время для обсуждения его итогов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относиться к себе и товарищам, заставляет осмыслить обильный поток информации, полученной во время похода. Для руководителя обсуждение похода — еще одно средство изучения воспитанников, позволяющее глубже узнать их характеры, образ мыслей, наклонности и особенности характера.

Методическое обеспечение

- Сборник инструкций по правилам поведения и технике безопасности при организации и проведении занятий и походов.
- Нормативные документы по туризму:
- Инструкция по организации и проведению туристических походов, экспедиций (путешествий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации).
- слайдовые презентации по всем темам раздела «Оказание первой доврачебной помощи»
- слайдовые презентации «Съедобные растения», «Топографические знаки. Растительность», «Что есть, когда есть нечего», «Туризм»
- дидактический материал по разделу «Топография и ориентирование»
- методические разработки по разделу «Узлы»
- сборник игр «Игровая деятельность в туризме».

Материально-техническое обеспечение программы.

ПАЛАТКА КАРКАСНАЯ	3 ШТ.
КОВРИК ТУРИСТИЧЕСКИЙ	5 ШТ.
РЮКЗАК	12 ШТ.
ТЕНТ 3 / 3 м	2 ШТ.
КОТЛЫ	1ШТ.
ТРОСИК ТУРИСТИЧЕСКИЙ	1 ШТ.
ПОЛОВНИК	2 ШТ.
КАРАБИН	20 ШТ.
ВЕРЕВКА d 10 мм СТАТИКА	120 М
ВЕРЕВКА d 10 мм ДИНАМИКА	50 М
РЕПШНУР d 6 мм	20 М
СИСТЕМЫ СТРАХОВОЧНЫЕ	12 ШТ.
КОНЦЫ СТРАХОВОЧНЫЕ	12 ШТ.
ЗАЦЕПЫ РАЗНОГО ЦВЕТА	50 ШТ
ПИЛА ДВУХРУЧНАЯ	1 ШТ.
ТОПОР	2 ШТ.
ЛОПАТА	1 ШТ.
АПТЕЧКА	1 ШТ.

Литература для педагога.

1. Балабанов И.В. Узлы – Москва, 1998.
2. Бубнов В.Г. Атлас добровольного спасателя: первая медицинская помощь на месте происшествия: учеб. пособие – М.: АСТ: Астрель, 2005.
3. Вайзман Д. Руководство по выживанию.- М.: ООО»ИздательствоАстрель», 2002, 383 с.ил. – (Мини-энциклопедия).
4. Ермолин А. Навигатор третьего тысячелетия, или Как стать разведчиком. – М.: Издательский дом «Карапуз»,2001. – 416с.,ил.
5. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
6. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – 2-е изд., стереотип. – М.,ФЦДЮТиК, 2008 г. – 600 с., илл.
7. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков: Учеб.-метод. пособие – М.:Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,1999.
8. Кудряшов Б. Энциклопедия выживания. Один на один с природой. Краснодар: «Советская Кубань», 2001 -384 с.
9. Подготовка судей по спортивному туризму: Учебно-методическое пособие – М.: ФЦДЮТиК, 2008, - 292с., илл.
- 10.Справочник туриста/ Сост.Паутов В.А. –М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2003. – 448 с.
- 11.Стилвелл А. Техника выживания в экстремальных условиях.-М.:ФАИР-ПРЕСС,2001. – 352с.: ил.
- 12.Усков А.С. Практика туристских путешествий. Учебное пособие по туризму и краеведению. – СПб.: Творческий учебный центр «ГЕОС»,1999.
- 13.Учебник спасателя./С.К.Шойгу, М.И.Фадеев, Г.Н.Кириллов и др.;под общ. Ред.Ю.Л.Воробьева.- 2-е изд., перераб. и доп. – Краснодар: «Сов.Кубань», 2002. – 528 с. – ил.
- 14.1000+1 совет туристу: Школа выживания / Авт.-сост. Н.Б.Садикова. – Мн.: Литература, 1998. - 352с.

Литература для учащихся.

1. Крайнева И.Н. Узлы: Простые, забавные, сложные. 152 модели на все случаи жизни.- СПб.: ИЧП «Кристалл», АОЗТ «Невский клуб», 1997.
2. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков: Учеб.-метод. пособие – М.:Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,1999.
3. Усачев А.А., Березин А.И. Школа безопасности: 3-4 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».- М.: ООО Фирма «Издательство АСТ»,1999.