

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31 Г. ЙОШКАР-ОЛА»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБОУ «СОШ №31

г. Йошкар-Олы»

Протокол № 1

от «31» 08 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ «СОШ №31 г. Йошкар-Ола»

 Николаев Е.П.

Приказ № 223

от «31» 08 2026 г.



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Юный турист»**

ID программы: 9413

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Возраст обучающихся: 8-17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Объем программы: 136 часов

Программа разработана:

педагогом дополнительного образования

г. Йошкар-Ола
2026 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

В последнее время все большее внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни. Одной из составляющей этой работы является туристско-краеведческая деятельность.

Программа «Юный турист» имеет **туристско-краеведческую направленность**, ведь именно туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению родины, приобретению самостоятельной деятельности.

Актуальность данной программы состоит, прежде всего, в ее комплексности, которая дает возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, а, может быть, и жизненный путь.

Отличительной особенностью данной программы является то, что в рамках её освоения обучающийся сможет выбирать те сферы туристско-краеведческой деятельности, которые ему наиболее подходят. В программе можно выделить следующие составляющие: спорт (соревнования по спортивному туризму и спортивному ориентированию); судейство соревнований; туристические походы; занятия по общей физической подготовке.

Адресатом программы являются дети с 8 до 17 лет, имеющие начальный интерес к данному направлению. Работа в объединение строится на принципе личностно-ориентированного подхода. Данный вид деятельности не имеет ограничений по возрастным, психофизиологическим особенностям детей, базисным знаниям, умениям и навыкам.

Срок освоения программы: программа рассчитана на 1 год обучения. Время, отведенное на обучение, в год составляет 136 часов, из расчета 4 часа в неделю на одну группу. Занятия комбинированные, включающие: теорию, практику, учебно-тренировочные сборы, соревнования, занятия на местности, походы.

Форма обучения ОЧНАЯ.

Уровень программы *стартовый* (ознакомительный). Группа формируется в начале учебного года.

Особенности организации образовательного процесса:

Туризм как одна из наиболее популярных форм активного отдыха является неотъемлемой частью жизни человека, т. е. он призван решить одну из важнейших задач современности. Туризм является важным фактором оздоровления человека, повышения его творческой активности, расширения кругозора, установления связи теоретических знаний с реальной жизнью природы и человека. В системе дополнительного образования по разнообразию и силе воздействия на личность ребенка туризм занимает одно из ведущих мест.

Данная программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» с целью создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей.

Программа предусматривает совершенствование знаний и умений обучающихся, отработку практических навыков по технике и тактике на дистанции пешеходной, уделяет внимание вопросам организации быта в походных условиях. Особое внимание уделяется вопросам общефизической подготовки обучающихся, отработке знаний и умений обучающихся по основам ориентирования.

Организационные формы обучения-групповые, разновозрастные.

Режим занятий- Программа предполагает проведение занятий 2 раза в неделю по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, профессионального самоопределения личности.

Программа предполагает решение **основных задач:**

образовательные:

- обучение тактике и техническим приёмам спортивного туризма на пешеходных дистанциях;

- приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;
- овладение разносторонними знаниями и умениями в области физической подготовленности.

Развивающие:

- развитие физических качеств;
- развитие самоорганизации и самоуправления;
- накопление соревновательного опыта.

Воспитательные:

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- создание устойчивого интереса к занятиям туризмом.

1.3. Объем программы:

Данная учебная программа рассчитана на 1 год обучения при объеме – 136 часов.

1.4. Содержание программы

1. Введение. Вводное занятие.

Информация о работе объединения. Характеристика спортивного туризма как вида спорта.

Форма контроля: устный опрос

2. Специальная подготовка по спортивному туризму

2.1. Специальное снаряжение для прохождения дистанций.

Индивидуальная страховочная система, перчатки, каска, обувь. Приспособления для спуска и подъёма по перилам, для прохождения навесной переправы. Основная веревка, карабины. Требования к снаряжению.

Форма контроля: устный опрос

2.2. Узлы

Группы узлов по назначению: для связывания концов веревок, для присоединения веревки к объекту; схватывающие, проводники и их применение на практике.

Форма контроля: устный опрос

2.3. Правила соревнований по спортивному туризму

Положение о соревнованиях. Участники соревнований. Представитель, тренер и капитан команды. Проведение соревнований. Основные принципы определения результатов.

Форма контроля: устный опрос

2.4. Этапы, встречающиеся на соревнованиях по спортивному туризму.

Навесная переправа, переправа по бревну, параллельные перила, спуск по склону, подъем по склону, вертикальный маятник.

Форма контроля: сдача нормативов

2.5. Отработка этапов.

Форма контроля: сдача нормативов

3. Организация туристского быта

3.1. Привалы и ночлеги.

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Комплексная работа на биваке: выбор места для палаток, установка палаток, размещение вещей в них, выбор места для костра, определение места для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы. Заготовка дров. Разжигание костра. Типы костров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Уборка места лагеря перед уходом группы. Организация ночлегов в помещении. Правила поведения в населенных пунктах. Правила купания.

Форма контроля: устный опрос

3.2. Туристские должности в группе.

Туристские должности в группе: постоянные и временные. Командир группы, заведующий питанием, заведующий снаряжением, штурман, краевед, санитар, хронометрист, фотограф, культорг, их обязанности. Дежурные по кухне, их обязанности. Дублеры по постоянным должностям.

Форма контроля: устный опрос

3.3 Снаряжение.

Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, многодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для походов. Групповое

снаряжение, требования к нему. Походная посуда. Хозяйственный набор. Ремонтный набор, медицинская аптечка.

Форма контроля: устный опрос

3.4 Питание в походе.

Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Форма контроля: устный опрос

3.5 Походы выходного дня. Совершение походов выходного дня.

Форма контроля: устный опрос

4. Спортивное ориентирование и топография

4.1 Правила соревнований по спортивному ориентированию.

Положение о соревнованиях. Участники соревнований. Представитель, тренер и капитан команды. Проведение соревнований. Основные принципы определения результатов. Разрядные требования.

Форма контроля: устный опрос

4.2 Спортивная карта. Масштаб.

Рисунок, план, схема, карта. Топографические и спортивные карты. Понятие о масштабе карты. Цвета карты.

Форма контроля: устный опрос

4.3 Условные знаки спортивных карт.

Дорожная сеть, гидрография, растительность, населенные пункты, рельеф. Классификация условных знаков:

- а) - масштабные, внемасштабные,
- б) - точечные, линейные, площадные.

Группы спортивных знаков, применяемых в спортивном ориентировании. Обозначение дистанции.

Форма контроля: устный опрос

4.4 Компас. Стороны горизонта.

Строение компаса. Определение точки стояния, сторон горизонта.

Форма контроля: тест

4.5 Движение по азимуту

Понятие азимута. Азимут на ориентир. Движение по азимуту.

Определение азимута на ориентир, азимут по карте; движение в направлении, заданном азимутом.

Форма контроля: сдача нормативов

4.6 Чтение карты

Выбор оптимального пути движения, азимутальный ход, движение «по памяти», прохождение дистанции заданного, маркированного маршрутов, по выбору; заход и уход с КП.

Форма контроля: устный опрос

5. Общая физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Статические упражнения. Упражнения с предметами.

Форма контроля: сдача нормативов

6. Подвижные и спортивные игры. Эстафеты.

Подвижные игры, способствующие объединению коллектива, массовому охвату детей. Игры с разделением на команды и без разделения.

Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол, гандбол. Эстафеты. Туристские эстафеты.

Форма контроля: сдача нормативов

7. Соревнования по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Участие в соревнованиях, практическое применение знаний и умений учащихся, личный соревновательный опыт и обогащение личных знаний, умений и сравнение с конкурентами.

Форма контроля: практическая проверка

8. Техника безопасности при проведении занятий и соревнований.

Дисциплина на дистанции – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Правила поведения в условиях полевого лагеря. Правила купания.

Форма контроля: практический зачёт

1.5. Планируемые результаты

По окончании обучения обучающиеся должны знать:

- названия и технику преодоления технических этапов;
- назначение и применение личного и группового снаряжения и предъявляемые к ним требования;
- типы узлов, их применение;
- основные требования к месту привала и бивака;
- правила техники безопасности;
- условные знаки спортивных карт.

должны уметь:

- вязать узлы и применять их по назначению;
- выполнять нормативы по общей и специальной физической подготовке;
- ориентировать карту с компасом.

2.1. Учебный план «Юный турист»

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Введение. Вводное занятие.	1	1		Опрос
2	Специальная подготовка по спортивному туризму	40	8	32	Опрос
2.1	Специальное снаряжение для прохождения дистанций.	8	2	6	Опрос
2.2	Узлы	2	1	1	Опрос
2.3	Правила соревнований по спортивному туризму	2	1	1	Опрос
2.4	Этапы, встречающиеся на соревнованиях по спортивному туризму	6	4	2	Сдача нормативов
2.5	Отработка этапов	22		22	Сдача нормативов
3	Организация туристского быта	26	7	19	
3.1	Привалы и ночлеги.	4	2	2	Опрос
3.2	Туристские должности в группе	2	1	1	Опрос
3.3	Снаряжение	4	2	2	Опрос
3.4	Питание в походе	4	2	2	Опрос
3.5	Походы выходного дня	12	-	12	Опрос
4	Спортивное ориентирование и топография	44	16	13	
4.1	Правила соревнований по спортивному ориентированию	2	2	-	Опрос
4.2	Спортивная карта. Масштаб.	4	2	2	Опрос
4.3	Условные знаки спортивных карт	6	6	-	Опрос
4.4	Компас. Стороны горизонта. Азимут.	6	2	4	Тест
4.5	Движение по азимуту	6	2	4	Сдача нормативов
4.6	Чтение карты	4	2	3	Опрос
5	Общая физическая подготовка	20		20	Сдача нормативов
6	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	9		9	Сдача нормативов
7	Соревнования	10		10	Практическая проверка
8	Техника безопасности при проведении занятий и соревнований.	1	1		Практическая проверка
	Итого:	136	33	103	

2.2. Календарный учебный график

			Время		Кол-		Форма
--	--	--	-------	--	------	--	-------

№	Месяц	Число	проведения занятия	Форма занятия	во часов	Тема занятия	Место проведения	контроля
1	сентябрь			Теоретическое занятие	2	Вводное занятие ТБ при проведении занятий и соревнований	занятие в помещении	опрос
2	сентябрь			Теоретическое занятие	2	Специальное снаряжение для прохождения дистанций	занятие в помещении	опрос
3	сентябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	Сдача нормативов
4	сентябрь			Практическое занятие	2	Специальное снаряжение для прохождения дистанций	Полигон	Сдача нормативов
5	сентябрь			Практическое занятие	2	Узлы	занятие в помещении	Сдача нормативов
6	сентябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	Сдача нормативов
7	сентябрь			Теоретическое занятие	2	Правила соревнований по спортивному туризму	занятие в помещении	Опрос
8	сентябрь			Практическое занятие	2	Этапы соревнований по спортивному туризму	Полигон	Сдача нормативов
9	октябрь			Практическое занятие	2	Специальное снаряжение для прохождения дистанций	Полигон	Сдача нормативов
10	октябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	Сдача нормативов
11	октябрь			Практическое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты.	Полигон	Сдача нормативов
12	октябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	Сдача нормативов
13	октябрь			Практическое занятие	2	Специальное снаряжение для прохождения дистанций	Полигон	Сдача нормативов
14	октябрь			Практическое занятие	2	Правила соревнований по спортивному ориентированию.	Полигон	Сдача нормативов
15	октябрь			Практическое	2	Работа с компасом	занятие в помещении	Сдача норма

				занятие				тивов
16	октябрь			Теоретическое занятие	2	Соревнования. Посещение первенства РМЭ по спортивному туризму.	УТБ Корта	опрос
17	октябрь			Теоретическое занятие	2	Соревнования. Посещение первенства РМЭ по спортивному туризму.	УТБ Корта	опрос
18	ноябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	сдача нормативов
19	ноябрь			Практическое занятие	2	Стороны горизонта	Полигон	тест
20	ноябрь			Практическое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты.	занятие в помещении	сдача нормативов
21	ноябрь			Практическое занятие	2	Азимут	Полигон	тест
22	ноябрь			Практическое занятие	2	Движение по азимуту	Полигон	Сдача нормативов
23	ноябрь			Практическое занятие	2	Движение по азимуту	Полигон	Сдача нормативов
24	ноябрь			Практическое занятие	2	Движение по азимуту	Полигон	Сдача нормативов
25	ноябрь			Теоретическое занятие	2	Условные знаки спортивных карт	занятие в помещении	опрос
26	ноябрь			Практическое занятие	2	Общая-физическая подготовка	Полигон	Сдача нормативов
27	декабрь			Практическое занятие	2	Этапы соревнований по спортивному туризму	Полигон	Сдача нормативов
28	декабрь			Практическое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	Полигон	сдача нормативов
29	декабрь			Теоретическое занятие	2	Условные знаки спортивных карт	занятие в помещении	опрос
30	декабрь			Теоретическое занятие	2	Чтение карты	занятие в помещении	опрос
31	декабрь			Теоретическое занятие	2	Условные знаки спортивных карт	занятие в помещении	тест
32	декабрь			Практи-	2	Чтение карты	занятие в	тест

				ческое занятие			помещении	
33	декабрь			Теорети ческое занятие	2	Спортивная и другие виды карт	занятие в помещении	опрос
34	декабрь			Практи- ческое занятие	2	Масштаб	занятие в помещении	тест
35	январь			Теорети ческое занятие	2	Привалы и ночлеги	занятие в помещении	опрос
36	январь			Теорети ческое занятие	2	Туристские должности в группе	занятие в помещении	опрос
37	январь			Теорети ческое занятие	2	Снаряжение	занятие в помещении	опрос
38	январь			Теорети ческое занятие	2	Питание в походе	занятие в помещении	опрос
39	январь			Практи- ческое занятие	2	Общая- физическая подготовка	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
40	январь			Практи- ческое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
41	январь			Практи- ческое занятие	2	Этапы соревнований по спортивному туризму	занятие в помещении (спортзал)	тест
42	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	-
43	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	-
44	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
45	февраль			Практи- ческое занятие	2	Общая- физическая подготовка	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
46	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	
47	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	
48	февраль			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
49	февраль			Практи- ческое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
50	март			Практи-	2	Отработка	занятие в	-

				ческое занятие		технических этапов	помещении (спортзал)	
51	март			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	-
52	март			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
53	март			Практи- ческое занятие	2	Общая- физическая подготовка	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
54	март			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	-
55	март			Практи- ческое занятие	2	Отработка технических этапов	занятие в помещении (спортзал)	-
56	март			Практи- ческое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	занятие в помещении (спортзал)	сдача норма тивов
57	март			Практи- ческое занятие	2	Привалы и ночлеги	Лес. Район деревни Корта	Практич. проверка получ-х знаний
58	апрель			Практи- ческое занятие	2	Снаряжение	Лес. Район деревни Корта	Практич. проверка получ-х знаний
59	апрель			Практи- ческое занятие	2	Питание в походе	Лес. Район деревни Корта	Практич. проверка получ-х знаний
60	апрель			Практи- ческое занятие	2	Поход выходного дня	Лес. Район деревни Корта	Практич. проверка получ-х знаний
61	апрель			Практи- ческое занятие	2	Поход выходного дня	Лес. Район деревни Корта	Практич. проверка получ-х знаний
62	апрель			Практи- ческое занятие	2	Сорвнования по спортивному туризму	УТБ «Сосновая роща»	Практич. проверка получ-х знаний
63	апрель			Практи- ческое занятие	2	Сорвнования по спортивному туризму	УТБ «Сосновая роща»	Практич. проверка получ-х знаний
64	апрель			Практи- ческое занятие	2	Сорвнования по спортивному туризму	УТБ «Сосновая роща»	Практич. проверка получ-х знаний
65	апрель			Практи- ческое занятие	2	Общая- физическая подготовка	УТБ «Сосновая роща»	Тест, практичес кий зачёт
66	май			Практи- ческое занятие	2	Подвижные и спортивные игры. Эстафеты	УТБ «Сосновая роща»	Практич. проверка получ-х знаний
67	май			Практи- ческое занятие	2	Общая- физическая подготовка	УТБ «Сосновая роща»	Практиче ский зачёт
68	май			Практи- ческое	2	Соревнования Техника безопасности при	УТБ «Сосновая	Практиче ский зачёт

				занятие		проведении занятий и соревнований.	роща»	
--	--	--	--	---------	--	--	-------	--

2.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы.

Список снаряжения необходимого для реализации программы

1. Каска.
2. Страховочная система с блокировкой.
3. Ролик трек для навесной переправы.
4. Карабин автомат с байонетной муфтой.
5. Зажим Вертикаль «Жумар».
6. Спусковое устройство "Сборка с прижимной планкой" на карабине с байонетной муфтой.
7. Веревка страховочно-спасательная статическая "Кобра".
8. Зажим Pantin левый.
9. Слэклайн с механизмом натяжения.
10. Компас.
11. Репшнур 6 мм бухта.
12. Портативная радиостанция.
13. Рюкзак.
14. Туристический топор.
15. Палатка туристическая.
16. Палатка базовая

Кадровое обеспечение:

ФИО педагога	Место работы, должность	Образование

Информационно-методическое обеспечение:

Необходимая информация, технические и методические материалы для реализации данной программы представлены на сайтах регионального

ресурсного центра, Федерального центра детско-юношеского туризма и региональной спортивной федерации: <https://fcdtk.ru>, <http://rv12.ru/>, <https://sporttourmariel.ru/> .

2.4 Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации:
 собеседование, зачет, выполнение нормативов, участие в конкурсах, соревнованиях, вопросник по программе, викторина и открытое занятие.

Основной формой подведения итогов реализации образовательной программы являются соревнования, по результатам которых оценивается овладение обучающимися детского объединения умениями и навыками, приобретенными в процессе занятий по данной программе. Обучающиеся должны пройти дистанции по спортивному туризму и спортивному ориентированию без снятий, уложиться в контрольное время.

2.5 Оценочные материалы

Этапы педагогического контроля

Вид	Содержание	Форма	Критерии
Текущий (в течение года)	Спортивное ориентирование и топография	Тестирование участие в соревнованиях	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.» - 40-60% правильных ответов результативность участия в соревнованиях
Текущий (в течение года)	Специальная подготовка по спортивному туризму	Тестирование участие в соревнованиях	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.» - 40-60% правильных ответов результативность участия в соревнованиях
Текущий (в течение года)	Организация туристского быта	Тестирование	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.» - 40-60% правильных ответов
Текущий (в течение года)	Скалолазание	Практический зачет	высокий уровень - 8-10 баллов, средний уровень – 4-7 баллов, низкий уровень –

			1-3 балла
Текущий (в течение года)	Основы медико-санитарной подготовки	Тестирование	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.» - 40-60% правильных ответов
Сентябрь, май	ОФП, СФП	Сдача нормативов	Согласно Правилам вида спорта
Текущий (в течение года)	Соревнования по спортивному ориентированию и туризму	Участие в городских и республиканских соревнованиях	Результативность участия
Входной мониторинг (сентябрь)		Тестирование	высокий уровень- 8-10 баллов средний уровень – 4-7 баллов, низкий уровень – 1-3 балла
Итоговая аттестация (май)		Тестирование, практический зачет	

2.6. Методические материалы

Обучение по данной программе предусматривает участие в соревнованиях различного уровня, в том числе выездные, учебно-тренировочные сборы. Темы, предусмотренные учебно-тематическим планированием, реализуются во время сборов, соревнований по спортивному туризму, спортивному ориентированию с дальнейшим разбором дистанций, анализа тактических и технических ошибок, походов. Теоретические занятия проводятся на базе учреждения.

Основными формами являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тренировочные сборы;
- участие в соревнованиях;
- поход;
- тестирование и контроль.

Методы:

- словесные (беседа, рассказ, лекция);
- наглядные (просмотр фотографий, видеофильмов);

- практические методы (тренировки, занятия на местности, соревнования).

2.7. Список литературы:

для педагога

1. Буйлова, Л.Н. Дополнительное образование. Нормативные документы и материалы / Л.Н. Буйлова Г.П. Буданова. – М.: Просвещение, 2015. – 320 с.

2. Буйлова, Л.Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / Л.Н. Буйлова // Молодой ученый. – 2015. – № 15. – С. 567–572. 1. Аппеняннский А.И. Рекреалогия: тренировочный процесс в спортивном туризме. Учебное пособие - М.: Сов. спорт, 2006. - 196 с.

3. Константинов Ю.С. «Туристские соревнования учащихся» - М.: ЦДЮТМК МО РФ, 2000.

4. Кошельков С.А. «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований учащихся» - М.: ЦДЮТ МО РФ, 1997

5. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста. - М.: ФиС, 1987. - 144 с.

6. Штюмер Ю.А. «Опасности в туризме, действительные и мнимые» - М.: «ФиС», 1972.

для обучающихся

1. Антропов К., Расторгуев М. «Узлы» - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994

2. Гонопольский В.И. «Туризм и спортивное ориентирование». Учебник - М.: «ФиС», 1987.

3. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста» - М.: «Профиздат», 1987

4. «Энциклопедия туриста», М., Большая Российская энциклопедия, 1993.