

Муниципальное автономное образовательное учреждение города Новосибирска «Средняя общеобразовательная школа №218»

«Рассматривено»

на педагогическом совете

Протокол

№ 4 ОТ « 18 » 11 2025 г.

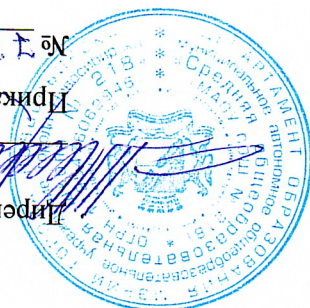
«Утверждено»

Директор МАЮВ КОШ №218

А.А. Семерников

Приказ от « 18 »

80-1/64.4 0N



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ТУРИСТСКИЙ КЛУБ: 218 ВЕРСТ»**

Дүрөнтү өсөөгүнүн кыялына жетүү үчүн

Автор-составитель: Таран Виктория Викторовна,
педагог дополнительного образования

Возраст обучающихся: 13-14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Новосибирск, 2025

№	Название раздела	№ страниц
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	4
1.3.	Содержание программы	4
1.4.	Планируемые результаты	9
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1.	Календарный учебный график	10
2.2.	Условия реализации программы	11
2.3.	Формы аттестации	11
2.4.	Оценочные материалы	12
2.5.	Методические материалы	13
2.6.	Рабочая программа воспитания	14
2.7.	Календарный план воспитательной работы	15
2.8.	Список литературы	15

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа «Туристский клуб «218 верст»» имеет туристско-краеведческую направленность. Она представляет собой целостную систему многоуровневой подготовки обучающихся, интегрирующую три ключевых компонента: спортивный туризм как основа физического развития, краеведение как средство формирования культурыно-исторической идентичности и безопасность жизнедеятельности в природной среде как фундамент компетенций выживания. Программа реализует интегративный подход, сочетая теоретическое обучение с интенсивной практической и проектной деятельностью.

Актуальность программы обусловлена социально-педагогической потребностью в формировании у подростков критически важных компетенций XXI века: самостоятельности, ответственности, умения работать в команде и вести здоровый образ жизни. Туристско-краеведческая деятельность является мощным средством воспитания патриотизма через изучение родного края, физического здоровья через регулярные тренировки и экологической культуры через практическое применение принципов устойчивого развития. Программа соответствует стратегическим ориентирам современного образования, федеральным государственным образовательным стандартам и Концепции развития дополнительного образования детей.

Отличительные особенности, новизна программы.

заключаются в создании современной образовательной среды, где туризм становится инструментом для формирования саморазвивающейся, технологически грамотной и экологически ответственной личности. Программа сочетает классические элементы туристской подготовки (ориентирование, техника пешего туризма) с актуальными практиками выживания, краеведения и проектной деятельности.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся 7 классов (13-14 лет). Набор осуществляется на основе добровольного выбора и заявления родителей (законных представителей).

Объем программы: составляет 96 часов.

Срок освоения, срок обучения

Срок обучения: с ноября 2025 года по май 2026 года.
Срок освоения: 7 месяцев (24 недели)

Форма обучения: очная

Язык программы: русский

Уровень программы: базовый

Обеспечение организации образовательного процесса.

Набор на обучение осуществляется по заявкам родителей (законных представителей) обучающихся. Группа формируется в количестве до 15 человек. Программа имеет практико-ориентированный характер, реализация осуществляется в очной форме в рамках аудиторных занятий, экскурсий, практикумов и участия в массовых мероприятиях.

Режим занятий: Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу (45 минут) или 2 раза в неделю по 2 академическим часам, в зависимости от расписания. Общее количество учебных часов в год – 96.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: всестороннее развитие личности через систематические занятия спортивным туризмом, формирование комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для безопасного и комфортного пребывания в природной среде.

Задачи:

Предметные:

- обучить основам топографии и ориентирования на местности;
- формировать навыки преодоления естественных препятствий в пешеходных походах;
- научить организации быта в походе (установка палатки, разведение костра, приготовление пищи);
- изучить основы оказания первой помощи в природной среде.

Метапредметные:

- развивать навыки командной работы, коммуникации и лидерские качества;
- формировать умения принимать решения в нестандартных ситуациях;
- развивать пространственное и тактическое мышление.

Личностные:

- воспитывать бережное отношение к природе и экологическую ответственность;
- формировать самостоятельность, дисциплинированность и ответственность за себя и команду;
- укреплять физическое и психическое здоровье.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Наименование темы			Количество часов	Форма промежуточной аттестации\ контроля
	Всего	Теория	Практи		
1	Водный блок	10	4	6	Тестирование, практическая, отработка
2	Топография и ориентирование	20	8	12	Зачет на местности, контрольный маршрут
3	Техника пешего туризма	18	6	12	Практический зачет на полосе препятствий
4	Основы туризма и бивачные работы	18	6	12	Оценка организации бивака
5	Краеведение и экология	10	4	6	Защита мини-проекта, викторина
6	Практические мероприятия (походы, соревнования)	20	-	20	Участие и анализ результатов
ИТОГО				96	28
				68	

Программа «Туристский клуб «218 верст»» предусматривает 96 часов занятий, из них 28 часов отводится на теоретические занятия и 68 часов – на практические занятия, что обеспечивает глубокое погружение в тему и формирование устойчивых практических навыков, необходимых для безопасного пребывания в природной среде.

Соотношение теории и практики подчинено главной цели программы – формированию компетентного, самостоятельного и ответственного туриста. Теоретический материал служит основой для осознанной и грамотной отработки практических действий в полевых условиях. Такой подход обеспечивает не только механическое выполнение действий, но и понимание их смысла и возможных последствий.

Содержание учебного плана

Организация учебного процесса строится на принципах последовательности, преемственности и безопасности. Каждый практический навык формируется по схеме: от простого к сложному, от учебных условий – к реальным походным ситуациям. При подготовке к практическим занятиям обучающиеся изучают теоретические основы темы, знакомятся с алгоритмами действий и техникой безопасности, выполняют записи в походных дневниках. Такая организация образовательного процесса обеспечивает не только усвоение знаний и формирование устойчивых туристских навыков, но и развитие лидерских качеств, самостоятельности, экологического сознания и социальной активности обучающихся.

РАЗДЕЛ 1. Водный блок (10 часов)

Тема 1.1. Введение в водный туризм. Техника безопасности. (2 часа)

Теория (2ч): Знакомство с видами туристских судов (байдарки, катамараны, рафты). Основы безопасного поведения на воде. Изучение индивидуальных и групповых спасательных средств (спасжилеты, каски). Правила поведения в лодке, запрещающие действия. Понятие о страховке и самостраховке.

Практика: Работа надевания спасательных жилетов. Осмотр и подготовка снаряжения к выходу на воду.

Тема 1.2. Основы гребли и управления плавсредством. (4 часа)

Теория (2ч): Основные гребки: прямой, обратный, подруливающий. Командное взаимодействие в экипаже. Основные команды («Отчаливай!», «Табань!», «Суши весла!»). Техника выполнения поворотов и движения по прямой.

Практика (2ч): Работа базовых гребков на суше (на тренажерах). Практика на воде: движение по прямой, выполнение поворотов, отчаливание и причаливание.

Тема 1.3. Работа приемов спасения на воде. (4 часа)

Теория (1ч): Алгоритм действий при перевороте судна. Способы подъема человека в лодку из воды. Методы буксировки плавсредства и пострадавшего. *Практика (3ч):* Учебные падения в воду в спасжилете. Работа техники «самоспасения». Практика подъема «пострадавшего» в лодку. Элементарные приемы буксировки.

РАЗДЕЛ 2. Топография и ориентирование (20 часов)

Тема 2.1. Основы топографии. Условные знаки. (4 часа)

Теория (2ч): Понятие о топографической карте. Масштаб. Основные группы условных знаков: населенные пункты, гидрография, рельеф, растительность, дорожная сеть.

Практика (2ч): Чтение карт. Упражнения на определение объектов по условным знакам и нанесение объектов на карту («чтение карты с закрытыми глазами»).

Тема 2.2. Компас. Азимут. Движение по азимуту. (6 часов)

Теория (2ч): Устройство компаса. Понятие истинного и магнитного азимута. Определение азимута на объект и движение по заданному азимуту. Учет магнитного склонения.

Практика (4ч): Упражнения по определению азимута на заданные объекты в учебном классе и на местности. Прохождение коротких отрезков (30-50 м) по заданным азимутам. Прохождение микро-маршрута из 3-4 точек.

Тема 2.3. Способы ориентирования. (6 часов)

Теория (2ч): Способы определения сторон горизонта без компаса (по солнцу, звездам, местным признакам). Ориентирование карты по компасу и по местным объектам. Сличение карты с местностью.

Практика (4ч): Ориентирование карты. Упражнения на определение точки стояния. Прохождение маршрута по легенде с использованием всех изученных приемов.

Тема 2.4. Спортивное ориентирование. (4 часа)

Теория (1ч): Виды спортивного ориентирования (в заданном направлении, по выбору). Правила соревнований. Тактика прохождения дистанции.

Практика (3ч): Участие в учебных соревнованиях по ориентированию в заданном направлении на школьной территории или в парковой зоне. Анализ прохождения дистанции.

РАЗДЕЛ 3. Техника пешего туризма (18 часов)

Тема 3.1. Техника движения по разному рельефу и преодоление естественных препятствий. (6 часов)

Теория (2ч): Техника движения по лесу, заболоченной местности, склонам. Правила преодоления завалов, оврагов, ручьев. Техника безопасности.

Практика (4ч): Отработка техники движения на учебном полигоне. Преодоление условного оврага по бревну с организацией страховки. Переправа по камням.

Тема 3.2. Турнические узлы. (6 часов)

Теория (2ч): Назначение и классификация узлов (прямой, проводник-восьмерка, схватывающий, булинь, стрема, штык). Требования к узлам: прочность, простота вязки, возможность развязывания.

Практика (4ч): Отработка вязки узлов на время и с закрытыми глазами. Применение узлов для организации бивака (установка палатки, натягивание тента).

Тема 3.3. Основы страховки и самостраховки. (6 часов)

Теория (2ч): Понятие о страховочной системе. Виды страховки (верхняя, нижняя). Назначение и применение карабинов, альпенштоков.

Практика (4ч): Отработка навыков самостраховки на склоне. Организация наведения условной переправы «маятник». Работа в связках.

РАЗДЕЛ 4. Основы турбита и бивачные работы (18 часов)

Тема 4.1. Организация бивака. Выбор места и планировка лагеря. (4 часа)

Теория (2ч): Требования к месту бивака (безопасность, наличие воды, дров). Внутренняя планировка лагеря: зона для палаток, костровое место, хозяйственная зона, место для приема пищи.

Практика (2ч): Тренировка по выбору места для бивака на местности. Разметка лагеря согласно правилам.

Тема 4.2. Установка палатки и размещение в ней. (4 часа)

Теория (1ч): Типы палаток и их устройство. Правила установки и снятия палатки. Особенности размещения вещей и людей в палатке.

Практика (3ч): Соревнования по скоростной установке палатки. Отработка снятия и упаковки палатки.

Тема 4.3. Костровое дело. (6 часа)

Теория (2ч): Типы костров («колодец», «шалаш», «звезда», «нодья») и их назначение. Подготовка дров. Меры противопожарной безопасности. Правила разведения и тушения костра.

Практика (4ч): Подготовка «хвороста» и «дров». Разведение костра в сырую погоду. Отработка разведения разных типов костров. Приготовление пищи на костре (чай, простая каша).

Тема 4.4. Организация питания в походе. Сушка продуктов. Гигиена в походе. (4 часа)

Теория (2ч): Основы составления раскладки продуктов. Способы сушки хлеба, мяса, овощей. Правила гигиены и санитарии в полевых условиях (устройство умывальника, туалета).

Практика (2ч): Составление примерной раскладки для 1-дневного похода. Практика сушки хлеба. Оборудование походного туалета и умывальника на учебном биваке.

Предметные: — будут знать основы топографии и ориентирования, технику безопасности в походе, правила организации bivака, основы экологии;

1.4. Планируемые результаты

Практика (2ч): Коллективный разбор походов и соревнований. Обсуждение ошибок и успехов. Заполнение походных дневников. Планирование дальнейшей деятельности клуба.

Тема 6.3. Анализ и подведение итогов практических мероприятий. (2 часа)

Практика (8ч): Подготовка и участие в школьном туристском слете или муниципальных соревнованиях по спортивному ориентированию, туристской технике.

Тема 6.2. Участие в туристских слетах и соревнованиях. (8 часов)

Практика (10ч): Проведение 2-3 однодневных походов. Отработка на привалов и bivака, приготовления пищи.

Тема 6.1. Учебно-тренировочные выходы на местность. (10 часов)

РАЗДЕЛ 6. Практические мероприятия (20 часов)

Тема 5.3. Подготовка и защита краеведческого мини-проекта. (2 часа)

Теория: Основы проектной деятельности.

Практика (2ч): Разработка и презентация групповых мини-проектов на темы: «Маршрут выходного дня по интересным местам моего района», «Экологическая тропа», «Легенды и истории родного края».

Тема 5.2. Экология и туризм. (4 часа)

Теория (2ч): Понятие об экологическом туризме. Влияние туристов на природную среду. Правила поведения на особо охраняемых природных территориях (ООПТ). Принцип «Не оставляй следов».

Практика (2ч): Экологическая игра. Уборка мусора на территории, прилегающей к месту занятий (экологический десант).

Тема 5.3. Подготовка и защита краеведческого мини-проекта. (2 часа)

Практика (2ч): Работа с краеведческой литературой и картами. Подготовка кратких сообщений о достопримечательностях региона.

Теория (2ч): Изучение природных особенностей, ландшафтов, водоемов Новосибирской области. Знакомство с историей заселения края, памятными местами.

Тема 5.1. Природа и история родного края. (4 часа)

РАЗДЕЛ 5. Краеведение и экология (10 часов)

— будут уметь уверенно ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, организовывать бивак в полевых условиях, преодолевать естественные препятствия, вязать основные узлы, оказывать первую помощь;

— будут владеть навыками работы с туристским снаряжением, техникой пешего и водного туризма (начальный уровень);

Метапредметные:

— будут развиты навыки эффективной командной работы, распределения ролей и коммуникации;

— будет сформировано умение планировать свою деятельность, анализировать результаты и принимать решения в нестандартных ситуациях;

— будет развито тактическое, логическое и пространственное мышление.

Личностные:

— будет воспитана самостоятельность, дисциплинированность и ответственность;

— будут сформирована активная жизненная позиция и устойчивая мотивация к здоровому образу жизни;

— будет воспитано бережное отношение к природе.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Сроки реализации программы	Учебный год	Начало реализации программы	24 ноября
Окончание реализации программы	25 мая	Количество учебных недель	24
Количество учебных часов	96, 4 час в неделю	Выходные и праздничные дни	Программа не реализуется: — суббота и воскресенье каждой учебной недели; — каникулярное время; — государственные праздничные дни.
Режим занятий	Занятия проходят 4 раз в неделю по 2 часа	Проведение промежуточного и итогового контроля	Промежуточный контроль проводится в по итогам каждого раздела, итоговый контроль — участие в зачетном походе/соревнованиях

2.2. Условия реализации программы

Учебное помещение соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

Обнащение учебного кабинета: классная доска, столы и стулья для обучающихся, шкаф для хранения дидактических пособий и учебных материалов.

Технические средства обучения: компьютер, принтер, мультимедийный проектор, интерактивная доска.

Материально-техническое обеспечение:

1. Турнические палатки — 5 шт.
2. Рюкзаки — 10 шт.
3. Компасы — 10 шт.
4. Топографические карты — 10 шт.
5. Аптечки первой помощи — 4 шт.
6. Костровое и бивачное оборудование — 2 комплекта.
7. Трепота, альпенштоки, карабины — 10 шт.
8. Мультимедийное оборудование.

Информационное обеспечение:

- видеofilмы и презентации по темам программы;
- электронные ресурсы (спортивные карты онлайн).

Кадровое обеспечение: Таран Виктория Викторовна, педагог дополнительного образования, педагог-организатор. Образование: Томский государственный педагогический университет. Стаж работы: 6 лет.

2.3. Формы аттестации

Тема занятия	Форма контроля
Введение в водный туризм.	Фронтальный опрос по правилам техники безопасности.
Техника безопасности	Фронтальный опрос по правилам техники безопасности. Входной контроль в виде теста (5-10 вопросов).
Основы гребли и управления плавсредством.	Практический зачет: выполнение базовых команд и гребков на воде, оценка слаженности работы экипажа.
Обработка приемов спасения на воде.	Решение ситуационной задачи (симуляция ЧП на воде)

и демонстрация навыков спасения и самоспасения.	Топографический ликтант (написание условных знаков) или викторина «Угадай объект по знаку».	Основы топографии. Условные знаки.	Компас. Азимут. Движение по азимуту.	Способы ориентирования.	Спортивное ориентирование.	Наблюдение и экспертная оценка техники движения и преодоления препятствий на учебном полигоне.	Нормативный зачет: вязка 5-7 изученных узлов на время с оценкой правильности.	Практическое задание: организация страховки при преодолении условного склона или переправы в команде.	Решение кейса: оценка предложенных фото/схем местности на соответствие критериям бивака. Аргументация своего выбора.	Соревновательный зачет на время и правильность установок и упаковки палатки.	Практический зачет: самостоятельное разведение одного из типов костра (по жребью) с соблюдением всех мер безопасности.	Защита мини-проекта: составление и обоснование раскладки продуктов для 2-дневного похода заданного числа человек.	Публичная защита краткого сообщения или создание стендового	Природа и история родного края.
---	--	------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------	----------------------------	--	---	---	--	--	--	---	---	---------------------------------

В программе используются следующие методы и формы обучения:

2.5. Методические материалы

Для оценки личностных результатов используются: педагогическое наблюдение, беседы, анализ рефлексивных дневников.

Для оценки метапредметных результатов применяются: методики наблюдения за групповой работой, анализ планов подхода, решение тактических задач.

Для оценки предметных результатов используются: тесты, практические зачеты, наблюдение за действиями в походе, оценка техники.

2.4. Оценочные материалы

Доклада о достопримечательности региона.	Наблюдение и экспертная оценка выполнения принципов «Не оставляй следов» во время практических выходов. Фотофиксация проведенного эко-десанта.	Защита итогового группового мини-проекта перед аудиторией с использованием презентации или других материалов.	Ведение походного дневника (заполнение маршрутного листа, зарисовки, заметки). Наблюдение педагогов за применением навыков в реальных условиях.	Участие в соревнованиях (оценивается по протоколам). Самонаблюдение и групповой разбор выступлений.	Итоговая рефлексия. Презентация лучших походных дневников. Коллективное обсуждение успехов и трудностей.	Анализ и подведение итогов практических мероприятий.
Экология и туризм.	Подготовка и защита краеведческого мини-проекта.	Учебно-тренировочные выходы на местность.	Участие в туристских слетах и соревнованиях.	Анализ и подведение итогов практических мероприятий.		

Гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, экологическое, трудовое, физическое.

Направления воспитания:

По направлениям воспитания на личность воспитанника: формирующие мировоззрение и осуществляющие обмен информацией; организующие деятельность и стимулирующие мотивы поведения; оказывающие помощь воспитанникам и направленные на оценку их поступков.

По результатам воспитания на личность воспитанника: влияющие на нравственные установки, мотивы, отношения, формирующие представления, понятия, идеи; влияющие на привычки, определяющие тип поведения.

По источнику воспитания на личность воспитанника: словесные, проблемно-ситуативные, методы приучения и упражнения, методы стимулирования, методы торможения, методы руководства, методы самовоспитания.

По характеру воспитания на личность воспитанника: убеждение, упражнение, поощрение.

Методы воспитания:

1. Формировать чувство коллективизма, взаимопомощи и товарищества.
2. Воспитывать волевые качества: дисциплинированность, выносливость, решительность.
3. Развивать патриотизм через изучение родного края.

Задачи:

Цель: воспитание воспитанника самостоятельной, ответственной, экологически грамотной и физически здоровой личности.

2.6. Рабочая программа воспитания

1. Организационный момент (мотивация, постановка цели).
 2. Актуализация знаний.
 3. Изучение нового материала (в интерактивной форме).
 4. Практическое закрепление (отработка навыков, творческое задание).
 5. Рефлексия. Подведение итогов.
- Алгоритм учебного занятия:
- поисковый, исследовательский.
- По уровню активности: репродуктивный, проблемный, частично-поисковый, исследовательский.
- Формы организации: групповые, индивидуальные; занятия-практикумы, учебныеходы, экскурсии, квесты, соревнования.
- По источнику знаний: словесный (беседа, дискуссия), наглядный (демонстрация, иллюстрация), практический (тренировка, упражнение, проектная деятельность).

- Нормативные документы:**
1. Указ Президента Российской Федерации от 19.12.2012 № 1666 «О Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года».
 2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года».
 3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
 4. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
 5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

2.8. Список литературы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки проведения
1.	Краеведческая викторина «Знай свой край родной»	декабрь
2.	Экологический десант в лесопарковой зоне	март
3.	Итоговый зачетный поход и костер	май

2.7. Календарный план воспитательной работы

- Формы организации воспитательного процесса:**
- Коллективные: урочские походы и слеты, экологические десанты, групповые: подготовка агитбригад, волонтерские акции по распространению листовок.
 - Индивидуальные: поручения, ведение дневника туриста.
- Планируемые результаты:**
- Сформировано ответственное отношение к соблюдению правил пожарной безопасности.
 - Развита навыки взаимопомощи и командного взаимодействия.
 - Проявлены инициативность и лидерские качества в организации профильных работ.

Классическое пособие по технике безопасности и преодолению горного рельефа. 2019. с. 320 —

2. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. — М.: Физкультура и спорт, походовых условиях.

Практическое руководство по составлению раскладки, приспособлению пищи в 80 с.

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. — М.: ЦИОТИК, 2008. — *Литература для обучающихся:*

7. Энциклопедия туриста. — М.: Большая Российская энциклопедия.

М.: Советский спорт.

6. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. —

«Школа безопасности». — М.: ВЛАДОС.

5. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учашихся

4. Лукьянов П.И. Зимние спортивные походы. — М.: ФИС.

Физкультура и спорт.

3. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. — М.: детей.

2. Примерные требования к программам дополнительного образования

273-ФЗ.

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" №

Литература для педагогов:

программам».

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от

07.12.2018, протокол № 3).

на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование»

9. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден

31.03.2022 № 678-р).

(утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от

8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года

(или) безреальности для человека факторов среды обитания».

21 «Типичные нормативы и требования к обеспечению безопасности и

28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм» СанПиН 1.2.3685-

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от

обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и

28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от

3. Ганопольский В.И. Уроки туризма. – М.: Академия, 2020. – 256 с.
Систематизированное пособие для начинающих туристов, охватывающее все
аспекты подготовки.
4. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование. –
М.: ЦЮТОК, 2018. – 144 с.
Детальное руководство по работе с картой и компасом, упражнения для
тренировки.
5. Маслов А.Г. Подготовка юных туристов-спасателей. – М.: ВЛАДОС,
2019. – 198 с.
- Практическое пособие по организации безопасности в походе, первой помощи.
6. Турские узлы: техника вязания и применения / Сост. С.В.
Балабанов. – М.: Файр-Пресс, 2020. – 96 с.
- Наглядное пособие с пошаговыми инструкциями по вязке и применению узлов.