

Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Красноярский краевой центр туризма и краеведения»

Принята на заседании методического
совета
от «2» мая 2024 г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора КГБОУ ДО
«Красноярский краевой центр
туризма и краеведения»
Т.О. Черепихина
«30» августа 2024 г.
Приказ № 140

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Активный туризм»

Возраст обучающихся:	12-15 лет
Срок реализации:	1 неделя, 36 часов
Авторы-составители программы	Зырянов И.А. Цимбалюк М.Н.

г. Красноярск, 2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Активный туризм» туристско-краеведческой направленности является авторской программой начального уровня, разработанной педагогами КГБОУ ДО «Красноярский краевой центр туризма и краеведения».

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

Паспорт национального проекта «Образование» (утверждён президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16);

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

Указ Президента Российской Федерации о национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года;

Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»).

Актуальность

Актуальность программы обусловлена тем, что проблема воспитания подрастающего поколения в последнее время находится в центре особого внимания государства и общества, что подтверждается нормативными актами федерального уровня, в частности Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей». Значимость патриотического и физического воспитания детей актуализирует задачу расширения и углубления знаний обучающихся о родном крае и формирования чувства привязанности к тем местам, где они родились и выросли и с которыми у них связаны яркие эмоциональные переживания. В системе дополнительного образования эта задача максимально эффективно решается при подготовке и совершении туристского похода.

Еще одной причиной, актуализирующей данную программу, является ведение современными детьми малоподвижного образа жизни вследствие многочасового сидения за гаджетами. Многочисленные данные свидетельствуют о том, что дефицит двигательной активности оказывает отрицательное влияние на развитие организма, нередко способствует возникновению нарушений со стороны различных органов и систем, особенно в детском возрасте. В связи с этим особую значимость приобретает умение организовывать активный отдых, в том числе туристский поход. Данная форма активного отдыха не только помогает снять утомление, повысить работоспособность, но и способствует всестороннему развитию личности, а именно таких ее качеств, как самостоятельность, инициативность, решительность, смелость, выдержка, умение справедливо оценивать свои действия и действия сверстников.

Обучение по программе будет способствовать развитию личных физических и психических возможностей обучающихся, приобретению специальных знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной среды, формированию гражданской ответственности и гражданской идентичности.

Педагогическая целесообразность

Ведущим типом деятельности подростков 12 – 15 лет является общение, поэтому зачастую детей в школе больше привлекает общение со сверстниками, чем учебно-воспитательный процесс. На занятиях по программе «Активный туризм» существует возможность реализовать оба вида деятельности: и познание, и общение. Благодаря совместной деятельности детей разных возрастов могут актуализироваться и проявляться индивидуальные качества, которые в условиях класса остались бы незамеченными: активность, ответственность, инициативность, заботливость. На таком занятии у старших стимулируется проявление и развитие организаторских умений, способности самостоятельно решать учебные задачи.

Одной из самых массовых и доступных форм занятий туризмом является туристский поход. Туристский поход – уникальное средство обучения, развития и воспитания подрастающего поколения, которое вносит неоценимый вклад в формирование личности человека и характеризуется решением многих задач:

укрепление здоровья, физическая тренировка организма, развитие таких качеств, как выносливость, сила, ловкость, формирование характера, выработка волевых качеств;

знакомство с природой, историей, культурой, достопримечательностями своей малой Родины, соприкосновение с творчеством и великими делами наших замечательных соотечественников, с реальной жизнью. Именно эти впечатления детства имеют исключительное значение в формировании любви к Родине. Чем полнее и ярче будут эти впечатления, тем глубже будет чувство причастности к судьбе Родины, патриотизма, гражданственности;

решение проблемы занятости детей. Поход позволяет рационально использовать свое свободное время, органически сочетать досуг с образовательной деятельностью;

воспитание трудовых и волевых навыков. В походе турист учится преодолевать препятствия, рубить дрова, ставить палатку. Педагог учит этому своим личным примером. Походная жизнь сближает туристов, они лучше узнают друг друга;

приобретение опыта общения с окружающими людьми, навыков конструктивной коммуникации в ходе решения различных текущих вопросов; накопление опыта формирования отношений со сверстниками и взрослыми людьми; проявление своих лучших качеств, норм и ценностей человеческого поведения: дружбы, взаимовыручки, щедрости, понимания, заботы о более слабых.

Занятия туризмом для обучающихся – это и романтика, и приключения, и реализация потребностей в риске. Туристские походы позволяют наиболее полно и безопасно удовлетворить эту потребность. В природной среде на маршруте похода, априори, множество рискогенных факторов и трудностей, что требует постоянного сосредоточения внимания и мобилизации физических возможностей.

В походе реализуются возможности каждого, происходит становление личности, ее самоутверждение и еще многое другое, необходимое подростку в повседневной жизни и подготовке его к самостоятельной жизни.

В рамках программы, обучающиеся разрабатывают маршрут похода, получают специальные знания, умения и навыки, связанные с безопасным пребыванием в условиях природной среды, совершают туристский поход.

Программа направлена на формирование у обучающихся навыков безопасного поведения в природной среде, развития универсальных компетенций, востребованных в ситуации неопределенности, многообразия и разнообразия. Все участники команды становятся туристской группой,

которая самостоятельно разрабатывает и совершает туристский поход. Участие в походах формирует творческую самостоятельную личность, расширяет кругозор, воспитывает выдержку и дисциплину, учит жить в социуме и отвечать за свои действия.

Программа включает три тематических раздела, тесно взаимосвязанных между собой. Материалы программы подобраны по принципу усложнения и увеличения самостоятельности работы в процессе реализации программы.

В программе сделан акцент на повышение двигательной активности обучающихся.

Особое внимание уделяется вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, мероприятия.

Отличительные особенности программы.

В отличие от существующих программ, обучающих основам спортивного туризма, данная программа даёт возможность в рамках одного интенсива получить опыт работы с современным туристским оборудованием, приобрести опыт в разработке маршрута похода и совершении туристского похода.

Интенсивная школа является образовательным мероприятием, проводимым в режиме погружения и основанным на деятельном включении в предметную область «Туризм». Данный формат организации обучения детей обеспечивает приобретение достаточного минимума умений и навыков, необходимых для совершения однодневного туристского похода за минимальный срок при максимальном объеме освоения предметного материала.

Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Цель программы – формирование у обучающихся мотивации к совершению туристских походов и навыков безопасного поведения в природной среде.

Задачи:

- сформировать умение разрабатывать и организовывать туристский поход;
- сформировать навыки, необходимые для обеспечения безопасности в походах;
- сформировать навыки преодоления препятствий, встречающихся в туристских походах;
- сформировать навыки работы с современным специальным снаряжением;
- сформировать навыки ориентирования на местности;
- способствовать формированию и развитию физических, социальных, нравственных и поведенческих качеств личности обучающихся.

Адресат программы: участниками образовательной программы являются обучающиеся 12 – 15 лет, не имеющие медицинских противопоказаний.

Условия приёма: программа реализуется на основании заявлений родителей (законных представителей), заявок, поданных через АИС «Навигатор ДО Красноярского края».

Объем программы. Срок реализации программы – 1 неделя. Общее количество учебных часов – 36 часов.

Планируемые результаты основания образовательной программы

Главный планируемый результат – практическая подготовленность обучающихся к организации и совершению однодневного туристского похода.

Предметные результаты:

- знание тактики и техники преодоления препятствий по перилам, правил безопасности в туристском походе;
- умение разрабатывать туристский маршрут;
- умение ориентироваться на местности;
- умение находить и использовать краеведческие данные района похода;
- умение выполнять комплексы наблюдений, необходимых для составления отчета о совершенном походе.

Метапредметные результаты:

- умение планировать, осуществлять и анализировать свою деятельность.

Личностные результаты:

- уважительное отношение к истории и культуре своей страны и малой Родины, развитие мотивации к их изучению в разных формах деятельности;
- наличие устойчивого интереса к туризму, совершенствованию своей физической подготовленности;
- принятие ценности командного взаимодействия, коллективного творчества, взаимопомощи и поддержки в походе;
- развитие физических, морально-волевых и этических личностных качеств: целеустремленности, организованности, ответственности, умения контролировать свое поведение; формирование установки на преодоление трудностей.

Учебный план программы «Активный туризм»

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Знакомство с программой				
	Виды активного туризма. Туристско-рекреационный потенциал Красноярского края. Непрерывная взаимосвязь туризма и краеведения.	2	2	0	
Всего		2	2	0	
1.	Тема 1. Преодоление препятствий по перилам				
1.1	Техника и тактика преодоления препятствий по перилам. Горизонтальный маятник, Спуск спортивным способом, подъём спортивным способом, «бабочка»	4	0	4	
	Промежуточная аттестация.	2	0	2	Зачетный старт
Всего		6	0	6	
2.	Тема 2. Топография и ориентирование				
2.1	Навигация и ориентирование в походе. Топографическая карта. Современные средства и сервисы навигации.	2	2	0	
2.2	Планирование маршрута по карте.	2	0	2	
2.3	Ориентирование на местности.	3	1	2	
	Промежуточная аттестация	1	0	1	Зачетный старт
Всего		8	3	5	
3.	Тема 3. Туристский поход				
3.1	Планирование похода. Подготовка к походу. Туристские должности в походе.	1	1	0	
3.2	Личное, групповое, специальное снаряжение.	2	1	1	
3.3	Тактика и техника передвижения с помощью специального снаряжения.	3	1	2	
3.4	Правила безопасности в	2	1	1	

	походе.				
3.5	Однодневный туристский поход. Промежуточная аттестация.	8	0	8	Туристский поход
3.6	Отчет о походе.	4	1	3	Презентация отчета
Всего		20	5	15	
Всего по программе		36	10	26	

Содержание учебного плана программы «Активный туризм»

Знакомство с программой «Активный туризм» (2 ч.)

Задачи:

сформировать представление о видах активного туризма;

сформировать представление о туристско-рекреационном потенциале Красноярского края, наиболее распространённых видах активного туризма характерных для Красноярского края;

сформировать представление о траектории обучения по программе.

Результат:

сформировано представление о видах активного туризма, возможностях занятий активным туризмом в Красноярском крае; определён исходный уровень подготовки обучающихся.

Входное тестирование. Туризм. Виды активного туризма. Туристско-рекреационный потенциал Красноярского края, наиболее распространённые виды активного туризма характерные для Красноярского края.

Тема 1. Преодоление препятствий по перилам (6 ч.)

Задачи:

сформировать знания о технике, тактике и правилах безопасного преодоления препятствий в активном туризме;

сформировать умения и навыки преодоления препятствий на искусственном рельефе и в природной среде.

Результат:

знание тактики, техники и правил безопасного преодоления препятствий на искусственном рельефе и в природной среде;

владение навыками преодоления препятствий на искусственном рельефе и в природной среде.

Практические занятия (4 ч.)

Преодоление препятствий на искусственном и естественном рельефе по перилам (спуск спортивным способом, подъём спортивным способом, переправа методом горизонтальный маятник, переправа «бабочка»). Отрабатывать навыков преодоления данных препятствий.

Промежуточная аттестация (2 ч.) Зачетный старт по преодолению препятствий по перилам.

Тема 2. Топография и ориентирование (8 ч.)

Задачи:

сформировать умение работать с картами: определять расстояние, планировать маршрут по карте;

изучить условные знаки;

научить ориентироваться на местности, работать с компасом и передвигаться, используя азимут.

Результат:

сформировано умение работать с картами: определять расстояние, планировать маршрут по карте;

знание условных знаков;

умение ориентироваться на местности, работать с компасом и передвигаться, используя азимут.

2.1. Навигация и ориентирование в походе. Топографическая карта. Современные средства и сервисы навигации (2 ч.)

Картография и топография в активном туризме, требования к изображению на них рельефов и территорий. Понятие «рельеф». Способы изображения рельефа на картах. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезом вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте.

2.2. Планирование маршрута по карте (2 ч.)

Характеристика местности по рельефу. Географические координаты.

Измерение расстояний по карте и на местности.

Практические занятия (2 ч.)

Планирование маршрута по карте. «Нитка» маршрута.

2.3. Ориентирование на местности (3 ч.)

Ориентирование по карте, компасу и предметам на местности. Азимут. Организация движения по азимуту и по компасу.

Практические занятия (2 ч.)

Ориентирование на местности с помощью карты. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Организация движения по азимуту (по компасу).

Промежуточная аттестация (1 ч.)

Зачетный старт на дистанции ориентирования «лабиринт».

Тема 3. Туристский поход (20 ч.)

Задачи:

сформировать знания о правилах безопасного передвижения и поведения в походе, навыки преодоления препятствий на маршруте;

сформировать умение планировать туристский маршрут, выполнять обязанности в соответствии с походной должностью, выполнять наблюдения, необходимые для составления отчета о совершенном походе;

сформировать умение совершать однодневные походы;

сформировать навыки передвижения на специальном снаряжении (лыжи, снегоступы);

сформировать умение ориентироваться на местности с помощью карты в походе.

Результат:

знание правил безопасного передвижения и поведения в походе;

владение навыками преодоления препятствий на маршруте;

умение планировать туристский маршрут, выполнять обязанности в соответствии с походной должностью, выполнять наблюдения, необходимые для составления отчета о совершенном походе;

умение совершать однодневные походы;

владение навыками передвижения на специальном снаряжении (лыжи, снегоступы);

умение ориентироваться на местности с помощью карты в походе.

3.1. Планирование похода. Подготовка к походу. Туристские должности в походе (1 ч.)

Определение цели, задач и выбор района похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Особенности питания в однодневном походе. Туристские должности в походе. Распределение обязанностей в группе.

3.2. Личное, групповое, специальное снаряжение (2 ч.)

Личное, групповое, специальное снаряжение. Требования к снаряжению (безопасность, универсальность, надежность, простота использования, ремонтпригодность, вес). Упаковка и переноска снаряжения и продуктов в рюкзаках. Подготовка, эксплуатация и хранение снаряжения. Туристский топор, спасательное одеяло и т.д.

Практические занятия (1 ч.)

Упаковка и переноска снаряжения и продуктов в рюкзаках. Подготовка, подгонка, эксплуатация снаряжения.

3.3. Тактика и техника передвижения с помощью специального снаряжения (3 ч.)

Техника и тактика использования специального туристского снаряжения. Оптимальные технико-тактические варианты преодоления препятствий на маршрутах.

Практические занятия (2 ч.)

Лыжная подготовка. Отработка техники передвижения на снегоступах.

3.4. Правила безопасности в походе (2 ч.)

Соблюдение правил безопасности во время похода. Опасные участки и объекты в походе, способы их преодоления. Действия в случае потери ориентировки, выхода за границы карты; в случае получения травмы.

Практические занятия (1 ч.)

Преодоление сложных участков в природной среде. Отработка оптимальных способов их преодоления.

3.5. Однодневный туристский поход (8 ч.)

Практические занятия в процессе совершения однодневного лыжного / пешеходного (на снегоступах) похода продолжительностью до 8 часов протяженностью – 12-15 км:

ориентирование на местности с помощью карты в походе;
передвижение группой по пересеченной местности с различным рельефом;
преодоление препятствий на маршруте;
выполнение туристских обязанностей в соответствии с походной должностью;
выполнение наблюдений, необходимых для составления отчета о совершенном походе;
передвижение на специальном снаряжении (лыжи, снегоступы);
движение по азимуту в походе: прохождение азимутальных отрезков, обход препятствий, сохранение общего заданного направления.

3.6. Отчет о походе (4 ч.)

Содержание отчета о походе. Требования к отчету.

Практические занятия (3 ч.)

Обработка собранных материалов, составление отчета о походе, подготовка видеотчета, подготовка доклада-презентации. Презентация отчета о походе.

Комплекс организационно-педагогических условий

Срок освоения программы – 1 неделя, 36 часов.

Форма обучения – очная.

Режим занятий – интенсивное недельное погружение по 5-8 часов в день. Интенсивные школы реализуются на территории круглогодичного лагеря «Багульник» г. Красноярска, инфраструктура которого позволяет организовать как проживание участников, так и образовательный процесс.

Формы организации образовательного процесса: лекция, лекция-беседа, тренинг, работа с группой, работа с мини-группой, индивидуальная работа, туристский поход, творческие мероприятия, практические занятия, презентация, беседа, дистанция ориентирования, зачетные старты.

При реализации программы используются следующие методы обучения: объяснительно-иллюстративный, наглядный практический, проектный. Из методов воспитания преобладают стимулирование и мотивирование.

Обучение проводится в разновозрастной группе, что позволяет успешно решать ряд общих образовательных и воспитательных задач в зависимости от той роли, которую выполняет обучающийся. В любом случае ребенок приобретает опыт социального взаимодействия, что составляет суть его социального развития, расширяется сфера его самореализации и самоутверждения. Условия успешности взаимодействия обучающихся в группах: добровольный характер объединения детей, включенность каждого обучающегося в деятельность – распределение должностных обязанностей в туристской группе; реализация субъектной позиции каждого участника группы.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по программе используется следующее оборудование и снаряжение: специализированный полигон, включающий накопитель спортивный – 4 шт., натяжное устройство – 4 шт., петля для накопителя – 4 шт., петля стационарная регулируемая – 20 шт., слэक्лайн 25 м – 4 шт., пластиковое модульное ограждение – 1 шт., веревку основную 10 мм – 32 шт., блок ролики – 8 шт.

Для отработки навыков преодоления препятствий и работы с картой: компас – 20 шт., походные туристские лыжи – 22 шт., треккинговые палки – 44 шт., снегоступы – 42 шт., радиостанции портативные – 13 шт., курвиметр – 2 шт., топор туристский – 5 шт., спасательное одеяло – 10 шт.

Для презентации отчета о походе: экшн-камера – 4 шт., аккумуляторные батареи для экшн-камер – 6 шт., зарядное устройство для аккумуляторных батарей экшн-камер – 2 шт., карта памяти – 3 шт., петличные радио микрофоны – 2 шт., адаптер для микрофона – 3 шт., проектор – 1 шт., ноутбук – 1 шт., спутниковый телефон – 1 шт., термо-принтер – 1 шт.

Кадровое обеспечение

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа обеспечена квалифицированными кадрами, образование которых соответствует ее профилю. В числе педагогов – инструкторы по детско-юношескому туризму, кандидаты в мастера спорта по спортивному туризму, спортивному ориентированию.

Формы аттестации

В программе предусмотрены промежуточная и итоговая аттестации (по результатам промежуточных аттестаций).

Промежуточная аттестация включает в себя следующие виды контроля: зачетное занятие на дистанции «лабиринт» по теме «Топография и ориентирование», зачетное занятие по теме «Преодоление препятствий по перилам», презентация отчета о походе.

Итоговая аттестация подводится по результатам промежуточных аттестаций по темам программы.

Критерии оценки результатов обучающихся:

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:	Критерии оценки уровня практической подготовки:
высокий уровень – обучающийся освоил практически весь объем знаний 80-100%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные	высокий уровень – обучающийся овладел на 80-100% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; с материалами работает самостоятельно,

термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; выполняет все зачетных задания.
средний уровень – объём усвоенных знаний у обучающегося составляет 50-70%; сочетает специальную терминологию с бытовой.	средний уровень – объём усвоенных умений и навыков у обучающегося составляет 50-70%; работает с материалами с помощью педагога; в основном выполняет задания на основе образца; выполняет часть зачетных заданий.
ниже среднего уровень – обучающийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; как правило, избегает употреблять специальные термины.	ниже среднего уровень – обучающийся овладел менее чем 50% предусмотренных умений и навыков; испытывает серьезные затруднения при работе с материалами; обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога; не выполняет зачетные задания.

Оценочные материалы

В основу анализа достижения участниками результатов входят итоги: успешное прохождение туристского похода и дистанций (зачетных стартов); отчет о совершенном туристском походе.

Методические материалы

Лекции, тесты, презентации, видеоролики по темам программы, разработки практических занятий.

Список литературы и электронных ресурсов

1. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М., 1985.
2. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме: Методические рекомендации. М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
3. Байковский Ю.В. Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта. М., 2005.
4. Бутин И.М. Лыжный спорт: Учеб. для студ. пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1983.
5. Власов А.А. Чрезвычайные происшествия и несчастные случаи в спорте. М. 2001.
6. Гогунев Е.И., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. М.: Академия, 2002.
7. Грудинова Л.А. Если с классом вышел в путь...: методическое пособие для руководителей одно-двухдневных походов с учащимися, КГБУ ДО «ККЦТиК», Красноярск, 2012.
8. Инструкция по организации и проведению мероприятий в природной среде организованными группами с участием детей на территории Красноярского края. Красноярск, 2021.
9. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. М., 2008.
10. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика детского туризма. Теория и практика: учебное пособие, М., 2023.
11. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. М.: Физкультура и спорт, 1981.
12. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
13. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися под общ. ред. М.М. Бостанджогло. Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Российской Федерации». М.: Изд-во «Канцлер», 2015. 24 с.
14. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование / Сокр. пер. с фин. Р. И. Сюкияйнена. М.: ФСО РФ, 1997.
15. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. / Под ред. Губаненкова С.М. СПб., 2007.
16. Организация поисково-спасательных работ в горах: Метод, рекомендации. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
17. Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3 мая 2017 г. № 403.
18. Правила вида спорта «Спортивный туризм», утвержденные приказом Министерством спорта Российской Федерации от 22 апреля 2021 г. № 255.

19. Федотов Ю.П., Востоков И.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник / Под общ. ред. Ю. Н. Федотова. М.: Сов. спорт, 2004.

20. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., 2008.

21. Штюмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма., М., 1992.

Электронные ресурсы:

1. Сайт по спортивному туризму. URL: <http://tmmoscow.ru/>

2. Федерация спортивного туризма. URL: <http://www.tssr.ru/>

3. Федерация спортивного ориентирования. URL: <https://rufso.ru/>

4. Туристско-информационный портал Красноярского края. URL: <https://visitsiberia.info/>