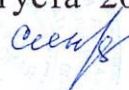


**Министерство образования и науки Астраханской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Астраханской области «Травинская школа-интернат»**

Принята на заседании
методического совета
от «29» августа 2024 г.
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 104
от «29» августа 2024 г.
Директор  Синенкова Л.В.



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности**

«Юные туристы-краеведы»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 1 год
Уровень: стартовый
Руководитель кружка: Давлетов Х.С.

с. Образцово-Травино

2024 год

Оглавление

1. Пояснительная записка	2-7
2. Планируемые результаты	7-11
3. Учебно-тематическое планирование	11-15
4. Содержание программы	15-26
5. Календарно-тематическое планирование	28-30
6. Учебный график	31
7. Материально-техническое обеспечение	32
8. Перечень учебно-методического обеспечения	32-34

Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» относится к программам туристско-краеведческой направленности.

Программа является адаптированной и создана на основе анализа образовательных программ, имеющих в дополнительном образовании по туристско-краеведческому направлению («Юные туристы-краеведы»).

Туризм и краеведение - важнейшие средства воспитания, которые благодаря своему многообразию и универсальности открывают широкие возможности для практической подготовки маленького гражданина к большой жизни. Для детей - туризм - способ активного отдыха, увлекательное занятие, наполненное романтикой необыкновенного образа жизни. Изучить, познать родной край, малую родину, где человек родился и вырос - задача краеведения.

Рабочая программа разработана для детей с ОВЗ.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно- нравственных ценностей»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Государственная программа Астраханской области «Развитие образования», утв. Постановлением Правительства Астраханской области от 06.10.2023 №588-П;
- Распоряжение Правительства Астраханской области от 10.07.2023 №250-Пр «Об утверждении Целевой модели дополнительного образования детей»;
- Устав ГБОУ АО «Травинская школа – интернат»;
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным (общеразвивающим) программам;
 - Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного

образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации», разработанные в соответствии с Федеральным законом; Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р; Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденным приказом Минпросвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196; «Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1598; Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599.

Актуальность программы основывается на запросах детей и родителей, удовлетворении их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формировании культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплении здоровья, а также на организацию их свободного времени. Приобретение туристских навыков является необходимым условием подготовки к самостоятельной взрослой жизни, полученные знания и навыки позволят детям участвовать в конкурсах и соревнованиях.

Новизна данной программы состоит в том, что дает возможность включить детей в активное познание своего родного края, воспитывать любовь к тому месту, где родились и живут, укреплять здоровье; создавать на занятиях положительный эмоциональный фон: раскованность, интерес, желание научиться выполнять задания, что способствует раскрытию психологических возможностей обучающихся.

Отличительная особенность программы состоит в том, что она является практико-ориентированной. Обучение проходит в виде практических и теоретических занятий, экскурсий, походов, соответствующими возрасту обучающихся. Оценка результативности обучающего процесса происходит на основе викторин, выполнения творческих заданий, осуществления поисково-исследовательской деятельности. Программа скорректирована с учетом регионального компонента и адаптирована к условиям реализации в данном учреждении

Педагогическая целесообразность программы. Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» способствует физическому развитию и укреплению здоровья обучающихся, развивает силу, выносливость,

дисциплинированность, ответственность перед окружающими людьми и ответственное отношение к природной среде.

Адресат программы:

Данная программа «Юные туристы-краеведы» предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья и в возрасте от 10 до 17 лет. Набор учащихся свободный, принимаются все желающие. В период обучения, обучающийся или родитель (законный представитель) имеет право досрочно прекратить образовательные отношения, сообщив об этом педагогу в форме устного или письменного заявления.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями— к данной категории относятся различные группы детей, у которых стойко нарушена интеллектуальная деятельность вследствие наследственного или приобретенного органического поражения головного мозга.

Для всех детей с интеллектуальными нарушениями характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Нарушение речевого развития обусловлено степенью поражения центральной нервной системы и носит системный характер. Резко ограничено программирование речевого высказывания и контроль над речью. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Уровень познавательного развития.

Речь:

- варьируется от полного «безречия» до системного недоразвития речи;
- характерно выраженное нарушение понимания речи, при этом детям доступно понимание только бытовой лексики, простых грамматических конструкций, простых фраз, при этом невозможно понимание подтекста, образных выражений, фразеологизмов и т.д.;
- нарушение звукопроизношения является полиморфным (нарушены разные группы звуков) и характеризуется стойкостью;
- словарный запас ограничен количественно и качественно, ребенку доступна частотная бытовая лексика, отмечаются многочисленные замены слов;
- характерен выраженный аграмматизм, в основном дети используют начальную форму слов, простую аграмматичную фразу;
- возможности связного высказывания резко ограничены; доступен пересказ простого текста без понимания даже фактической информации;
- письменная речь для определенной части детей с умственной отсталостью недоступна, для другой части письмо и чтение затруднено.

Восприятие:

- восприятие характеризуется замедленным темпом;
- нарушена активность и избирательность восприятия;

- слуховое, фонематическое и зрительное восприятие нарушено, дети смешивают сходные звуки, зрительные стимулы, похожие предметы и изображения;

- восприятие цветов доступно частично;

- отмечаются ограничения при восприятии времени и пространства (схемы тела, трехмерного и двухмерного).

Внимание:

- нарушено и произвольное внимание (в большей степени), и непроизвольное внимание;

- отмечаются истощаемость и неустойчивость внимания, в процессе выполнения заданий/упражнений может быть частая немотивированная смена предметов/объектов внимания;

- характерны трудности распределения и переключаемости.

Память:

- объем памяти ограничен;

- нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации, при этом воспроизведение зачастую характеризуется хаотичностью;

- механическая память, как правило, у определенной группы детей достаточно сохранена;

- резко выражено ограничение возможности запоминания вербальных стимулов;

- отмечаются эпизодичность и фрагментарность припоминания и извлечения информации; - произвольное запоминание затруднено и формируется позже, чем у сверстников, при этом проще запоминаются внешние, случайные зрительные элементы.

Мышление:

- формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено;

- уровень сформированности мыслительных операций зависит от степени выраженности нарушения интеллекта;

- отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов;

- абстрактное мышление не развивается; детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов;

- характерно ограничение понимания или невозможность понимания причинно-следственных связей между явлениями, событиями, объектами, предметами. При этом связи устанавливаются на основе анализа случайных или наиболее ярких признаков, что делает невозможным формирование образа/представления о предмете, объекте, ситуации; - характерны не критичность, невозможность оценить свою работу и деятельность сверстников, выявить собственные и чужие ошибки;

- крайне слабая или отсутствующая регулирующая роль мышления; минимальный самоконтроль или его отсутствие;

- характерна невозможность переноса усвоенных операций, способов действия в новые условия или ситуацию.

Эмоциональная сфера и личностные особенности:

- отмечается эмоциональная незрелость, степень проявления которой зависит от степени выраженности основного нарушения;
- могут наблюдаться колебания эмоционального фона от повышенной эмоциональной возбудимости до апатии;
- не понимают оттенки и эмоции окружающих и свои собственные, не умеют выражать вербально собственные эмоциональные проявления;
- мотивация неустойчивая, ситуативная, примитивная; преобладающими являются элементарные: еда, сон, сексуальные потребности;
- характерна сниженность критичности, дети не могут оценить свои неудачи, довольны своей работой или собой; отмечаются неадекватная самооценка и неадекватный уровень притязаний;
- отзывчивы на похвалу, ласковое обращение, при этом на критику реагируют либо нейтрально, либо отрицательно (расстраиваются, могут давать агрессивные реакции). Для части детей характерна адекватная реакция на окружающую обстановку;
- отмечаются несформированность произвольных форм поведения; неспособность к самоконтролю, невозможность оценить или спрогнозировать последствия поступков или событий;
- коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность, гибкость поведения;
- не сформированы волевые усилия, самостоятельность, инициативность, целеустремленность.

Двигательная сфера:

- двигательные нарушения при умственной отсталости проявляются дифференцированно при разных степенях выраженности органического поражения головного мозга;
- координация движений в общей, мелкой и артикуляционной моторике нарушена, при этом страдают их объем, переключаемость, последовательность и другие характеристики; - ходьба, бег, ползание и другие виды движения характеризуются выраженной моторной неловкостью;
- практически невозможны прыжки на одной ноге или на двух ногах, подъем и спуск по лестнице и другие движения.

Работоспособность:

- уровень работоспособности умственно отсталого ребенка зависит от степени поражения головного мозга;
- работоспособность снижена, при этом может отмечаться состояние охранительного торможения;
- характерна выраженная психическая истощаемость, которая усугубляется при наличии отвлекающих факторов.

Срок реализации программы – 1 год

Форма организации занятий является групповой, очной.

Наполняемость: дети с ограниченными возможностями здоровья - 6 человек.

Общее количество часов: 72

Режим занятий: занятия проходят 2 раза в неделю по 1 академическому часу для детей с ОВЗ (академический час – 45 мин.).

Уровень программы – стартовый

Цель программы: развитие познавательной, двигательной и коммуникативной активности обучающихся, укрепление их физического и психоэмоционального здоровья.

Задачи:

- освоение основных социальных норм, необходимых для безопасной жизнедеятельности в социальной среде и окружающей природе;
- изучение основ туристско-краеведческого мастерства;
- развитие природных задатков и навыков детей, способствующих их личностному самовыражению в туризме и краеведении;
- мотивация к укреплению здоровья детей на занятиях туризмом и краеведением как в помещениях образовательного учреждения, так и в природных условиях; освоение технологии здорового образа жизни; усвоение норм сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;
- развитие познавательной и творческой активности обучающихся;
- воспитание и развитие коммуникативных и личностных качеств обучающихся в процессе формирования коллектива единомышленников — туристской группы;

Формы организации учебного процесса

Групповые, парные, индивидуальные. Ведущими методами обучения по предмету являются: объяснительно-иллюстрированный и репродуктивный. Деятельный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

На занятиях используются элементы следующих **технологий обучения:** личностно-ориентированные, игровые, развивающие, интегрированные, комплексные занятия.

Планируемые результаты реализации программы

У учащихся будут сформированы:

- положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни, к природе, как основным ценностям в жизни человека, к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;
- интерес к изучению истории и культуры родного края;
- первоначальные туристские умения и навыки.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- экологического мышления;
- познавательной мотивации к изучению истории возникновения физической культуры и туризма;
- умений и навыков, элементарных правил выживания в природе;

- мотивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.

Учащиеся научатся:

- адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы;
- передавать полученную информацию.

Учащиеся получают возможность научиться:

- адекватно оценивать результаты выполнения задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, группе, детском коллективе;
- ориентироваться в естественной природной среде ;
- безопасному поведению во время занятий, в природной среде.

Для оценки итогов реализации данной программы и своевременной коррекции темпов и методов освоения программного материала используются следующие виды диагностики и контроля: начальная - осуществляется посредством наблюдения, опроса; текущая - практические задания, наблюдение; итоговая - участие в конкурсах, викторинах, опрос, беседа и т.п.

Конечным результатом освоения программы предполагается развитие индивидуальных способностей каждого учащегося.

Адресат программ: Программа рассчитана на школьников с ОВЗ, имеющих ограничения по здоровью на занятия физической культурой.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями – к данной категории относятся различные группы детей, у которых стойко нарушена интеллектуальная деятельность вследствие наследственного или приобретенного органического поражения головного мозга.

Для всех детей с интеллектуальными нарушениями характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Нарушение речевого развития обусловлено степенью поражения центральной нервной системы и носит системный характер. Резко ограничено программирование речевого высказывания и контроль над речью. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Уровень познавательного развития.

Речь:

- варьируется от полного «безречия» до системного недоразвития речи;
- характерно выраженное нарушение понимания речи, при этом детям доступно понимание только бытовой лексики, простых грамматических

конструкций, простых фраз, при этом невозможно понимание подтекста, образных выражений, фразеологизмов и т.д.;

- нарушение звукопроизношения является полиморфным (нарушены разные группы звуков) и характеризуется стойкостью;

- словарный запас ограничен количественно и качественно, ребенку доступна частотная бытовая лексика, отмечаются многочисленные замены слов;

- характерен выраженный аграмматизм, в основном дети используют начальную форму слов, простую аграмматичную фразу;

- возможности связного высказывания резко ограничены; доступен пересказ простого текста без понимания даже фактической информации;

- письменная речь для определенной части детей с умственной отсталостью недоступна, для другой части письмо и чтение затруднено.

Восприятие:

- восприятие характеризуется замедленным темпом;

- нарушена активность и избирательность восприятия;

- слуховое, фонематическое и зрительное восприятие нарушено, дети смешивают сходные звуки, зрительные стимулы, похожие предметы и изображения;

- восприятие цветов доступно частично;

- отмечаются ограничения при восприятии времени и пространства (схемы тела, трехмерного и двухмерного).

Внимание:

- нарушено и произвольное внимание (в большей степени), и непроизвольное внимание;

- отмечаются истощаемость и неустойчивость внимания, в процессе выполнения заданий/упражнений может быть частая немотивированная смена предметов/объектов внимания;

- характерны трудности распределения и переключаемости.

Память:

- объем памяти ограничен;

- нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации, при этом воспроизведение зачастую характеризуется хаотичностью;

- механическая память, как правило, у определенной группы детей достаточно сохранна;

- резко выражено ограничение возможности запоминания вербальных стимулов;

- отмечаются эпизодичность и фрагментарность припоминания и извлечения информации; - произвольное запоминание затруднено и формируется позже, чем у сверстников, при этом проще запоминаются внешние, случайные зрительные элементы.

Мышление:

- формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено;

- уровень сформированности мыслительных операций зависит от степени выраженности нарушения интеллекта;

- отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов;

- абстрактное мышление не развивается; детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов;

- характерно ограничение понимания или невозможность понимания причинно-следственных связей между явлениями, событиями, объектами, предметами. При этом связи устанавливаются на основе анализа случайных или наиболее ярких признаков, что делает невозможным формирование образа/представления о предмете, объекте, ситуации; - характерны не критичность, невозможность оценить свою работу и деятельность сверстников, выявить собственные и чужие ошибки;

- крайне слабая или отсутствующая регулирующая роль мышления; минимальный самоконтроль или его отсутствие;

- характерна невозможность переноса усвоенных операций, способов действия в новые условия или ситуацию.

Эмоциональная сфера и личностные особенности:

- отмечается эмоциональная незрелость, степень проявления которой зависит от степени выраженности основного нарушения;

- могут наблюдаться колебания эмоционального фона от повышенной эмоциональной возбудимости до апатии;

- не понимают оттенки и эмоции окружающих и свои собственные, не умеют выражать вербально собственные эмоциональные проявления;

- мотивация неустойчивая, ситуативная, примитивная; преобладающими являются элементарные: еда, сон, сексуальные потребности;

- характерна сниженность критичности, дети не могут оценить свои неудачи, довольны своей работой или собой; отмечаются неадекватная самооценка и неадекватный уровень притязаний;

- отзывчивы на похвалу, ласковое обращение, при этом на критику реагируют либо нейтрально, либо отрицательно (расстраиваются, могут давать агрессивные реакции). Для части детей характерна адекватная реакция на окружающую обстановку;

- отмечаются несформированность произвольных форм поведения; неспособность к самоконтролю, невозможность оценить или спрогнозировать последствия поступков или событий;

- коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность, гибкость поведения;

- не сформированы волевые усилия, самостоятельность, инициативность, целеустремленность.

Двигательная сфера:

- двигательные нарушения при умственной отсталости проявляются дифференцированно при разных степенях выраженности органического поражения головного мозга;

- координация движений в общей, мелкой и артикуляционной моторике нарушена, при этом страдают их объем, переключаемость, последовательность и другие характеристики; - ходьба, бег, ползание и другие виды движения характеризуются выраженной моторной неловкостью;

- практически невозможны прыжки на одной ноге или на двух ногах, подъем и спуск по лестнице и другие движения.

Работоспособность:

- уровень работоспособности умственно отсталого ребенка зависит от степени поражения головного мозга;

- работоспособность снижена, при этом может отмечаться состояние охранительного торможения;

- характерна выраженная психическая истощаемость, которая усугубляется при наличии отвлекающих факторов.

Учебно-тематический план

Тема занятия, элементы содержания	Характеристика деятельности учащихся
Введение (2 ч)	
Вводный инструктаж. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека. Виды туризма.	Кратко характеризовать путешествия как форму познания окружающего мира и самого себя, оздоровления своего организма.
Правила поведения юных путешественников(4 ч)	
Правила поведения юных путешественников на занятиях (во внеурочной деятельности) в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочной площадке, в парке (лесу).	Понимать и выполнять правила поведения юных путешественников в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочной площадке, в парке (лесу);
Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями.	Понимать и выполнять требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями.
Азбука туристско-бытовых навыков (8 ч)	

Общественно полезные и лично значимые дела юных путешественников на экскурсиях и туристских прогулках.	Выполнять туристские и краеведческие должностно-ролевые обязанности членов туристской группы.
Должностно-ролевая система самоуправления в группе, взаимопомощь в туристской группе.	Подбирать необходимое личное снаряжение для участия в туристской прогулке, экскурсии или однодневном походе с учётом сезона года и погодных условий.
Распределение обязанностей (ролей) юных путешественников в группе.	Соблюдать требования гигиены по уходу за личным снаряжением.
Смена дежурных должностей в течение года.	Упаковывать личное снаряжение для участия в туристской прогулке, экскурсии.
Я, моё тело и моё здоровье (8 ч)	
Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации чаепития и перекусов.	Соблюдать правила личной гигиены при занятиях туризмом
Личная гигиена на занятиях физкультурой и туризмом.	Выполнять комплекс физических упражнений для утренней зарядки.
Зарядка. Комплекс физических упражнений для утренней зарядки.	Осваивать навыки ведения дневника самонаблюдений за состоянием здоровья и самочувствия.
Утренний и вечерний туалет. Соблюдение гигиенических требований.	Взаимодействовать в процессе подвижных игр, в игровой и соревновательной деятельности.
Азбука туристского ориентирования (8 ч)	
Я и мой дом, моя школа, школьный двор.	Выявлять характерные особенности своего дома (квартиры), школы и школьного двора.
Выявление представлений обучающихся о своём доме (квартире), школе и школьном дворе; назначении различных комнат, кабинетов в здании школы	Определять назначение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора, выявлять различия в их назначении.

и сооружений школьного двора.	
Ориентирование по сторонам горизонта. Понятия: горизонт, стороны горизонта, ориентирование.	Пересказывать маршрут движения.
Туристское ориентирование. Стороны горизонта.	Определять стороны горизонта.
В гостях у путешественников-героев сказок (6 ч)	
Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная королева», «Кот в сапогах».	Описывать и характеризовать сказочных персонажей как путешественников.
Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои: пешком (сапоги-скороходы, туфельки), на лыжах, на плавсредствах (лодки, корабли), летательных аппаратах (ковёр-самолёт, корабли, ступа и метла), на оленях или лошадях	Выявлять положительные и отрицательные качества сказочных героев-путешественников.
Личностные качества сказочных героев, необходимые им в путешествиях: смелость, решительность, настойчивость, бесстрашие, общительность, доброта, трудолюбие, сообразительность, упорство в достижении цели, терпимость, любовь к ближнему, уважение к старшим, выносливость, мужество, хитрость, отзывчивость	Выявлять и описывать способы преодоления естественных препятствий сказочными персонажами.
Путешествие во времена года (8 ч)	
Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в природной среде и выполнения	Осваивать методы организации наблюдений в природной среде за объектами животного и растительного мира.

краеведческих, исследовательских заданий: карта (план местности), блокнот, карандаши, ластик, линейка, компас, термометр, мерная лента, лупа, определители (растений, птиц, насекомых, следов животных и пр.)	
Природное наследие.	Осваивать алгоритмы выполнения исследовательских краеведческих заданий.
Изменения в природе.	Взаимодействовать в звеньях, группах «знатоков» при выполнении исследовательских краеведческих заданий.
Растения и животные родного края.	Обучать универсальным умениям: управлять эмоциями в процессе экскурсий и наблюдений, организовывать наблюдения за природными явлениями.
Путешествие в мир моей школы (4 ч)	
Знакомство детей с учебным классом, спортивным залом, школьной библиотекой, столовой, туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном, географической площадкой, школьным садом.	Загадочный мир моей школы, библиотеки
Цели и задачи экскурсии по школе.	Знакомство с экспонатами и экспозициями школьного краеведческого музея.
Загадки школьного двора (4 ч)	
Школа и школьный двор: местоположение в населённом пункте.	Общаться и взаимодействовать при выполнении исследовательских заданий.
План школьного двора (территории).	Составлять описание школьного двора и обсуждать назначение его сооружений.
Азбука путешественника (20ч)	
Способы передвижения юных	Самостоятельно наблюдать погодные

путешественников.	условия и описывать их.
Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов, зарослей кустарника, луж (без снаряжения — рюкзака и с рюкзаком).	Осваивать универсальные умения по передвижению пешком или на лыжах с грузом-рюкзаком.
Правила безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий.	Осваивать навыки и технику преодоления естественных препятствий при передвижении пешком с грузом и без.
Обход естественных препятствий.	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.
Прокладка маршрута движения.	Выявлять характерные ошибки при передвижении пешком или на лыжах с грузом.
Обязанности штурмана и хронометриста туристской группы.	Проявлять силу и выносливость при передвижении на местности.
Обязанности проводника и их выполнение на туристской прогулке.	Соблюдать правила техники безопасности при передвижении на местности.
Взаимовыручка и взаимопомощь при преодолении препятствий.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах при транспортировке груза в рюкзаке.

Содержание программы

№	Содержание внеурочной деятельности	Формы организации	Виды деятельности
	Введение. Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека. Роль краеведения в познании окружающего мира и самого себя. Оздоровительный эффект чистого	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные	-ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

	воздуха лесов, лугов и полей. Оздоровительный эффект от водных процедур. Движение — ходьба пешком и на лыжах укрепляет костно-мышечную систему, сердце, лёгкие и другие органы человека.	формы; -игра.	
	Правила поведения юных путешественников Правила поведения юных путешественников на занятиях (во внеурочной деятельности) в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочной площадке, в парке (лесу). Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Правила поведения юных путешественников на экскурсии по зданию школы или в школьном краеведческом музее. Порядок хранения туристского снаряжения, оборудования и инвентаря. Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе. Телефоны аварийных служб. «Кодекс чести юного путешественника»	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

Азбука туристско-бытовых навыков Общественно полезные и личностно значимые дела юных путешественников на экскурсиях и туристских прогулках. Должностно-ролевая система самоуправления в группе, взаимопомощь в туристской группе. Распределение обязанностей (ролей) юных путешественников в группе. Смена дежурных должностей в течение года. Правила поведения при участии в туристской прогулке, экскурсии в парк (лес). Правила поведения во время различных природных явлений (грозы, сильного ливня, тумана и пр.). Правила безопасности при встрече с дикими и домашними животными. Необходимость выполнения требований педагога и старших друзей; соблюдение тишины. Личное снаряжение юного путешественника Требования к одежде (бельё, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор, дождевик, рукавицы и пр.). Личная посуда и средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов. Уход за личным снаряжением. Групповое снаряжение и уход за ним Ремонтный набор. Организация биваков и охрана природы.. Установка палатки, тента для палатки. Снятие палатки и её упаковка для транспортировки. Типы костров: «Шалаш»,	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная
--	---	--

	«Колодец», «Таёжный», «Нодья», «Звёздный» — и их назначение. Определение места для костра на туристском биваке. Соблюдение правил пожарной безопасности и охрана природы. Заготовка хвороста и валежника для костра. Разведение костров в туристском походе. Обязанности кострового туристской группы. Основные туристские узлы: прямой, проводник простой и ткацкий. Их свойства, назначение и использование. Вязка узлов по названию и по их назначению (для крепления верёвки на опоре, связывания верёвок одинакового диаметра, проводники). Организация приёма пищи (приготовление пищи) на туристской прогулке в однодневном походе (летом, осенью, весной и зимой). Перекус и его организация. Техника безопасности при приготовлении пищи.		
	Я, моё тело и моё здоровье Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации чаепития и перекусов. Личная гигиена на занятиях физкультурой и туризмом. Зарядка. Комплекс физических упражнений для утренней зарядки. Утренний и вечерний туалет. Соблюдение гигиенических требований. Уход за личным снаряжением. Обязанности санитара туристской группы. Дневник самонаблюдений за состоянием здоровья и самочувствия.	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	- ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

	Роль родителей и обучающегося в ведении дневника. Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Комплекс физических упражнений и подвижные игры для развития общей и специальной выносливости. Бег с препятствиями и по пересечённой местности. Развитие функциональных возможностей ребёнка (гимнастика, ходьба по пересечённой местности, спортивные игры, ходьба на лыжах). Развитие силы. Гигиена на занятиях физическими упражнениями. Оказание первой доврачебной помощи при порезах, ссадинах, ушибах, мозолях. Характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Профилактика. Требования по соблюдению питьевого режима во время занятий физическими упражнениями, во время экскурсии и туристической прогулки. Способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи. Выносливость и сила воли, их формирование в туризме.		
	Азбука туристского ориентирования Я и мой дом, моя школа, школьный двор. Выявление представлений обучающихся о своём доме (квартире), школе и школьном дворе; назначении различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора. Ориентирование по сторонам горизонта. Понятия: горизонт, стороны горизонта, ориентирование.	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	- ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

	Туристское ориентирование. Стороны горизонта. Определение сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам. Определение сторон горизонта в условиях парка (леса) или района школы, на пришкольном участке. Компас и его устройство. Компас — прибор для определения сторон горизонта. Устройство компаса и его работа. История компаса. Обязанности штурмана группы. Ориентирование по компасу, азимут. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование по компасу. Знакомство с понятием «азимут». Определение азимутов (90, 180, 270 и 360) на предметы с помощью компаса. Правила работы с компасом. Определение азимутов (90, 180, 270 и 360) на контрольном пункте, установленных на школьном дворе. Определение азимутов (90, 180, 270 и 360) на удалённые предметы во время туристской прогулки. Ориентирование по компасу и плану. Чтение плана местности (школьного двора). Ориентирование плана местности по компасу, по предметам на местности. Движение по плану местности при помощи компаса.		
	В гостях у путешественников — героев сказок Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная Королева», «Кот в сапогах» и др.	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; -	- ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

	Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои: пешком (сапоги-скороходы, туфельки), на лыжах, на плавсредствах(лодки, корабли), на летательных аппаратах (ковёр-самолёт, корабли, ступа и метла), на оленях или лошадях и т. п. Личностные качества героев сказок, необходимые в путешествиях: смелость, решительность, настойчивость, бесстрашие, общительность, доброта, трудолюбие, сообразительность, упорство в достижении цели, терпимость, любовь к ближнему, уважение к старшим, выносливость, мужество, хитрость, отзывчивость и др. Предметы ориентирования на местности, которые использовали сказочные герои: растения, звёздное небо, легенды (описание и рассказы), карты (планы), дорожно-тропиночная сеть, речные системы и т. д. «Проводники» — путеводители сказочных героев в сказках: клубок ниток, перья птиц, сказочные герои и животные. Способы преодоления естественных препятствий сказочными героями. Театрализованная постановка различных сказок в туристском путешествии.	нетрадиционные формы; игра.	
	Путешествие во времена года Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в	-парная; -групповая; -коллективная;	ИКТ; -игровая; изобразительная,

природной среде и выполнения краеведческих, исследовательских заданий: карта (план местности), блокнот, карандаши, ластик, линейка, компас, термометр, мерная лента, лупа, определители растений, птиц, насекомых, следов животных и т. д. Природное наследие. Изменения в природе. Растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры. Фауна и флора леса, луга, берега реки. Природные материалы для изготовления поделок, сувениров, картин и пр. Необычные, причудливые формы рельефа, растений. Голоса птиц и животных, следы их жизнедеятельности. Оказание помощи братьям меньшим. Правила поведения и наблюдения за природой во время экскурсии. Подведение итогов экскурсии. Краеведческие задания и их выполнение. Краеведческие должности знатоков природы: метеоролог, ботаник, зоолог, орнитолог, краевед-географ, краевед-эколог и т. п. Ведение совместно с родителями дневников наблюдений и впечатлений. Создание рисунков на тему «Зимний лес», аппликаций «Осенняя сказка» и т. п. Рисунки о том, что или кого увидели юные путешественники на туристской прогулке, во время экскурсии в парк. Экскурсии в парк (лес), на луг, на берег реки. Выполнение краеведческих заданий (сбор листвы различных пород деревьев, сбор отпечатков, следов животных и	- индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	предметная, коммуникативная
--	--	------------------------------------

	птиц, сбор лекарственных растений и пр.). Цели и задачи экскурсии. Правила поведения на экскурсии. Подведение итогов экскурсии. Соблюдение правил поведения и культуры общения в природной среде. Умение слушать экскурсовода и правильно осматривать объекты экскурсии (растения, животных, птиц и следы их жизнедеятельности). Помнить цель экскурсии — узнать и увидеть что-то новое, интересное. Умение не бояться задавать возникающие в ходе экскурсии вопросы. Наблюдение за природной (растительный и животный мир; живая и неживая природа) и искусственной средой. Рассказы знатоков природы о деревьях, кустарниках, травах, птицах, насекомых, животных, рельефе местности, водоёмах, сезонных изменениях в природе.		
	Путешествие в мир моей школы Знакомство детей с учебным классом, спортивным залом, школьной библиотекой, столовой, туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном, географической площадкой, школьным садом и др. Цели и задачи экскурсии по школе. Правила поведения на экскурсии в школьный музей. Правила осмотра экспозиций и экспонатов. Подведение итогов экскурсии. Обязанности знатоков.	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; - нетрадиционные формы; игра.	ИКТ; -игровая; изобразительная, предметная, коммуникативная

	Экскурсия в школьный краеведческий музей, библиотеку: выставка картин с изображением природы, пейзажей; выставка книг о путешественниках и природе родного края. Соблюдение правил поведения и культуры общения в музее. Умение слушать экскурсовода и правильно осматривать экспонаты. Помнить цель экскурсии — узнать и увидеть что-то новое, интересное. Умение не бояться задавать возникающие в ходе экскурсии вопросы. Загадки школьного двора Школа и школьный двор: местоположение в населённом пункте. План школьного двора (территории). Назначение сооружений школьного двора. Стадион и спортивная площадка школьного двора. Условные знаки плана школьного двора. Ориентировка плана школьного двора по сторонам горизонта. Масштаб. Измерение расстояний на школьном дворе. Виды растений (фауны) и животных (флоры) обитателей школьного двора. Школьный сад. Экология школьного двора: охрана природы, загрязнение территории. Участие в природоохранных акциях.		
	Азбука путешественника Способы передвижения юных путешественников. Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов, зарослей кустарника, луж (без снаряжения —	-парная; -групповая; -коллективная; - индивидуальная; -	-ИКТ; -игровая; исследовательская, изобразительная, предметная, проектная,

рюкзачка и с рюкзачком). Правила безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий. Обход естественных препятствий. Прокладка маршрута движения. Обязанности штурмана и хронометриста туристской группы. Обязанности проводника и их выполнение. Взаимовыручка и взаимопомощь при преодолении препятствий. Гимнастическая самостраховка при преодолении препятствий. Организация движения туристской группы по тропинкам и дорожкам в парке, по песку, по лугу, по снегу (пешком и на лыжах). Преодоление водных преград по брёвнам и мосткам. Строй туристской группы. Интервал движения, ритм движения. Привалы и их продолжительность. Ходовое время. Скорость передвижения на туристской прогулке. Привалы «Прогоночный», «Промежуточный», «Обеденный». Распорядок походного дня. Преодоление склонов (спуск и подъём). Подъём, траверс и спуск по склонам с использованием альпенштоков. Переправа через условное болото по наведённым кладям (жердям), по кочкам. Переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; преодоление оврага (канавы) маятником. Туристская эстафета и её технические этапы. Организация взаимодействия в команде юных	нетрадиционные формы; игра.	коммуникативная, конструктивная.
---	---	---

	путешественников, взаимовыручка. Управление лыжами при транспортировке груза (от 2 до 5 кг) в рюкзаке. Посадка лыжника. Передвижение ступающим и скользящим шагом (без рюкзака и с рюкзаком). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Управление лыжами на месте: поочерёдное поднятие ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поочерёдное поднятие носков лыж. Ходьба без палок ступающим и скользящим шагом; ходьба ступающим и скользящим шагом с палками; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до 600–700 м; соревнования на лыжах (эстафеты до 50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом в рюкзаке до 2–5 кг; передвижение в среднем темпе. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. Гимнастические упражнения.		
	Зачётное мероприятие (однодневный поход) Передвижение группы на местности с преодолением естественных препятствий (5 км). Организация взаимопомощи при преодолении препятствий. Ритм движения. Походная колонна.	коллективная	ИКТ

	Разбивка и обустройство лагеря группы. Установка тента для укрытия от дождя. Оборудование костра. Приготовление пищи на костре. Сервировка походного стола. Соблюдение норм гигиены и санитарии. Соблюдение требований техники безопасности. Выполнение обязанностей в системе должностно-ролевого самоуправления. Подвижные игры на местности. Юмористические физкультурно-туристские состязания между командами или «Папа, мама, я — туристская семья». Охрана окружающей среды. Трудовой десант — сохраним родной край потомкам! Итоговое повторение		
--	---	--	--

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов	В помещении	На местности
1-2	Введение. Польза и значение туризма для оздоровления организма человека.	2	2	-
3-4	Правила поведения юного туриста.	2	2	-
5-6	Законы туристов.	2	2	-
7-8	Должностные обязанности юных путешественников.	2	2	-
9	Экскурсия «Золотая осень».	1	-	1
10-11	Личное снаряжение и групповое.	2	2	-
12-13	Основные туристические узлы.	2	2	-
14-15	Организация бивуака, охрана природы.	2	-	2
16-17	Личная гигиена в туристической прогулке.	2	2	-
18-19	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	2	-	2
20-21	Экскурсия « В гости к зиме».	2	-	2
22-23	Я и мой дом, моя школа, школьный двор.	2	-	2
24-25	Ориентирование по сторонам горизонта.	2	-	2
26-27	Определение азимута.	2	-	2
28-29	Ориентирование по компасу и плану местности.	2	-	2
30-31	Путешествие в сказку.	2	2	-

32-33	Русская народная сказка «Лягушка-путешественница».	2	2	-
34-35	Русская народная сказка «Снежная Королева».	2	2	-
36-37	Театрализованное представление.	2	2	-
38-39	Путешествие в зимнюю рощу.	2	-	2
40-41	Творческая мастерская.	2	2	-
42-43	Природное наследие.	2	2	-
44-45	Способы передвижения юного туриста.	2	-	2
46-47	Распорядок походного дня.	2	2	-
48-49	Туристическая эстафета.	2	-	2
50-51	Лыжный поход.	2	2	-
52-53	Краеведение.	2	2	-
54	Экскурсия « Пробуждение природы».	1	-	1
55-56	Загадки школьного двора.	2	-	2
57-58	Способы передвижения юных путешественников.	2	-	2
59-60	Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов, зарослей кустарника, луж (без снаряжения — рюкзака и с рюкзаком).	2	2	-
61-62	Правила безопасного преодоления естественных и	2	-	2

	искусственных препятствий.			
63-64	Обход естественных препятствий.	2	-	2
65-66	Прокладка маршрута движения.	2	2	
67-68	Обязанности штурмана и хронометриста туристской группы.	2	2	
69-70	Обязанности проводника и их выполнение на туристской прогулке.	2		2
71-72	Взаимовыручка и взаимопомощь при преодолении препятствий.	2	2	

**Годовой календарный учебный график
ЗАНЯТИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Астраханской области «Травинская школа-интернат»
на 2024/25 учебный год**

Месяц	Учебные недели	Количество учебных недель. Организация образовательного процесса
I полугодие учебного года		
I четверть	02.09. – 2.11.2024	9
II четверть	1.11. – 28.12.2024	8 28.12.2024 г работаем по понедельнику 04.11.2024 г. 30.12. 2024 – 08.01.2025 г. – Новогодние каникулы
Количество учебных недель в первом полугодии		17 учебных недель
III четверть	13.01. – 29.03.2025	11 Нерабочие праздничные дни: 1.05. 2025 – Праздник Весны и Труда 8.05.2025 – перенос с 23.02.2025 (воскресенье) 9.05.2025 – День победы
IV четверть	31.04. – 24.05.2025	8
Количество учебных недель во втором полугодии		19 учебных недель
Количество учебных недель в год		36 учебных недель

Летние каникулы: с 25.05.2025 г. По 31.08.2025 г.

Регламентирование образовательного процесса на день

Занятия по дополнительному образованию организуются в соответствии с расписанием во внеурочное время.

Перерыв между последним уроком и началом внеурочных/ дополнительных занятий следующей смены, не менее 30 минут.

Продолжительность занятий: - 45 минут, перерыв – не менее 10 минут.

Материально-техническое обеспечение:

- пришкольная территория;
- спортивный зал;
- раздевалки - 1 шт;
- компьютер/планшетный-компьютер - 1 шт;
- проектор - 1 шт;
- веревка 60м. диаметр 10мм – 2 шт.
- обвязка нижняя -15 шт.
- карабины – 4шт.
- оборудование для КП –4 шт.
- походная медицинская аптечка –1 шт.
- компас –5 шт.
- карта пришкольной территории – 15 шт.
- палатка 4-х местная- 2 шт.

Условия, необходимые для реализации программы

Занятия проводятся на базе ГБОУ АО «Травинская школа-интернат» в спортивном зале и на местности. Используется снаряжение и оборудование, имеющееся в школе и у участников кружка. У каждого кружковца должна быть записная книжка или тетрадь, куда записываются сведения, слышанные на занятиях (условные топографические знаки, список снаряжения, наборы продуктов, аптечка), заносятся впечатления о походах и экскурсиях

Руководитель кружка должен обеспечить условия для безопасного проведения экскурсий, путешествий.

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Алешин В. М, Серебrenиков А. В. Туристская топография, М., 1985.
2. Военная топография, М, 1986.
3. Балабанов И. В. «Узлы» - М., 2007. – 80 с.
4. Баленко С. В. «Школа выживания». Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение» ч. 1. Москва. 1992 г.
5. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. «Основы медицинских знаний: Учебно-практ. пособие». – М., ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 252 с.
6. Волович В.Г. «Академия выживания». – М., Толк, 1995. – 368 с.

7. Воробьев Ю.Л., Локтионов Н.И., Фалеев М.И., Шахрамьян М.А., Шойгу С.К., Шолох В.П. «Катастрофы и человек». – М., АСТ-ЛТД, 1997. – 256 с.
8. Гамезо М.В., Домашенко И.А. «Атлас по психологии» - М.: Просвещение, 1986.- 272 с.
9. «Грибы наших лесов», ред.Э.Карклина, Минск, «Урожай», 1970.
- 10.Дрогов И.А. «Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма. Учебно-методическое пособие». – М., ФЦДЮТиК, 2004. – 132 с.
- 11.Дэвис Б. «Энциклопедия выживания и спасения», пер. с англ. – М., Вече, 1997. – 448 с.
- 12.Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. «Для тебя и о тебе». – М.. Просвещение, 1991.
- 13.Ильин А.А. «Большая энциклопедия городского выживания». – М., Изд-во Эксмо, 2003. – 576 с.
- 14.Ильин А.А. «Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях». – М., Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 384 с.
- 15.Калошина Н.В. Спортивный туризм., М., Советский спорт, 1998.
- 16.Константинов Ю.С. «Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие» - М., Издательство ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
- 17.Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
- 18.«Красная книга Ростовской области», отв.ред. В.А.Зубакин, В.Н.Тихомиров. – М.: Аргус: Рус.ун-т, 1998. – 560 с.
- 19.Куликов В. М., Константинов Ю.С. «Топография и ориентирование в туристском путешествии» - М., ЦДЮТиК МО РФ, 2004.
- 20.Личная безопасность./ Гл.ред. В.Володин – М.. «Аванта+», 2001.
- 21.Маслов А.Г. «Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». - М., Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с.
- 22.Маслов А.Г. «Программа детского объединения участников движения «Школа безопасности» - М., ФЦДЮТиК, 2007.
- 23.Маслов А.Г., Константинов Ю.С. «Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования». – М., МТО-ХОЛДИНГ, 2001. – 96 с.

- 24.Меньчуков А.Е. «В мире ориентиров». Издание четвертое переработанное и дополненное, Москва, «Недра», 1973.
- 25.Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Книга для учителя/ Сост. А.Т.Смирнов. Б.И.Мишин; под общей ред. А.Т.Смирнова. – М., Просвещение, 2001. – 160 с.
- 26.Методические материалы МОУ ДОД «Городской станции юных туристов» г.Ногинск.
- 27.Питание в туристском путешествии. – М., Профиздат, 1986. – 176 с.
- 28.Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. «Психология для старшеклассников. Пособие для педагога в двух частях». – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001.
- 29.Правила дорожного движения РФ. Официальный текст с изменениями и дополнениями. – М., «Мир автокниг», 2006.
- 30.Расторгуев М. «Альпинистские узлы» - М.,РИО ЦНИИОИЗ, 2007.–36 с.
- 31.Рахманова С.М. «Популярная психология для тинейджеров». – Ростов н/Д, Феникс, 2005. – 224 с.