Государственное образовательное учреждение дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей»

Утверждаю Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД» Ю.В. Грошев приказ от «ОУД» 2023 г. № 431

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дополнительной общеразвивающей программе

«Спортивный туризм»

утверждена приказом директора ГОУ ДО ТО «ЦДОД» от «25» _______ 2023 г. № 232_

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст: 16-17 лет

Срок реализации: 32 недели (192 часа)

Уровень сложности: стартовый

Составитель: педагог дополнительного образования Благочиннова Ю.А.

Пояснительная записка

В сфере образования туризм в органичном соединении с краеведением является видом образовательной деятельности, посредством которого решаются многие задачи обучения и воспитания.

Программой предусмотрено целенаправленное формирование совокупности умений работать с информацией. Содержание программы связано с жизнью семьи, школы, событиями в стране, городе или селе, знакомит детей с разными сторонами окружающей действительности; способствует их духовно-нравственному развитию и воспитанию: формирует чувство гордости за свою Родину, уважительное отношение к семейным ценностям, бережное отношение к окружающему миру, природе, духовным ценностям; развивает интерес к ТКД; формирует установку на здоровый образ жизни.

В 2023 году возникла необходимость разработки рабочей программы по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивный туризм». Данная рабочая программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней.

Рабочая программа имеет туристско-краеведческую направленность, стартовый уровень сложности и предназначена для обучающихся 1-го года обучения

Актуальность программы обусловлена популярностью спортивного туризма в подростковой среде, ежегодным проведением соревнований для учащихся по спортивному туризму, по программе «Школа безопасности» и необходимостью организации грамотной подготовки к участию в них, введением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и включением в него в качестве вида по выбору туристского похода с проверкой туристских навыков для учащихся в возрасте 8 лет и старше.

Отпичительные особенности программы состоят в том, что она позволяет не только сформировать у детей традиционные туристские навыки, но и подготовить их к участию в новом для спортивного туризма виде деятельности - соревнованиях по туристскому многоборью и на пешеходных дистанциях.

Разнообразие форм спортивно-туристской деятельности способствует развитию ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, развивает интерес к истории и культуре родного края, воспитывает патриотизм, повышает творческую активность.

История детско-юношеского туризма в России подтверждает эффективность использования различных формы туристско-краеведческой деятельности с целью развития интеллекта, укрепления здоровья, развития коммуникативных способностей учащихся. Туристские слеты и соревнования предоставляют детям возможность свободного общения со сверстниками, приобретению навыков самостоятельной деятельности, способствуют изучению Родины.

Успешное освоение программы позволяет обеспечить адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессиям спасателя, пожарного, высотника, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии. Кроме того, обучение по данной программе готовит юношей к успешному прохождению службы в рядах вооруженных сил России.

По программе могут работать педагоги дополнительного образования Тульской области. Программа адаптируется под ту территорию, на которой проводятся занятия, соответственно разделы программы претерпят изменения.

Адресат программы – обучающийся в возрасте 16-17 лет, заинтересованный в своем физическом развитии, расширении кругозора, освоении туристкой техники с целью участия в соревнованиях по туристскому многоборью, походах.

Объем программы - 192 часа в год.

Срок освоения рабочей программы – 32 недели.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Формы организации образовательного процесса – программа реализуется в сетевой форме с участием ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и МБОУ ЦО № 45 на основании договора о сетевом взаимодействии. Форма реализации программы - традиционная.

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, участие в соревнованиях различного уровня, подготовка к которым должна

осуществляться в течение всего года.

Программа разработана для учащихся 2-11 классов (8-18 лет). Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения 15 человек. Формы занятий по программе – групповые занятия.

Формы организации занятий: игра, веселые старты, беседа, лекция, экскурсия, соревнования, тренировка, поход и другие.

Режим занятий – программа может быть реализована в течение учебного года с периодичностью 6 часов в неделю, включая проведение походов, экскурсий и участие в соревнованиях. Многодневный поход в летний период совершается за сеткой часов. В основном занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 и 4 учебных часа, с обязательным проведением 10-ти минутной динамической паузы, что составляет 192 часа, и соответствует действующим нормам СП 2.4. 3648-20.

Цели и задачи программы

Цель программы: создание дополнительных условий для личностного развития подростков и их позитивной социализации за счет удовлетворения их потребностей в физическом развитии, расширении кругозора, получении практических туристских навыков.

Задачи:

Научить:

- правилам поведения в походе;
- основам ориентирования;
- правилам поведения в транспорте;
- играм по правилам дорожного движения.

Привить:

- устойчивый интерес к занятиям по туризму и краеведению;
- чувство уважения, любви к своей малой Родине;
- чувство гордости за свою родину, российский народ и историю России;
- уважительное отношение к семейным ценностям;
- бережное отношение к окружающему миру.

Развить:

- наблюдательность, внимательность;
- смекалку, изобретательность и устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- навыки общения и взаимодействия в группе;
- умения использовать полученные знания для самостоятельного поиска новых знаний, для решения задач, возникающих в процессе туристско-краеведческой деятельности;
- самостоятельность, исполнительность, дисциплинированность, инициативность обучающихся;
- творческий потенциал.

Сформировать:

- устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- образное мышление;
- навыки работы в команде;
- умение анализировать свою деятельность (с помощью педагога) и проводить ее коррекцию
- творческие способности;
- основы знаний в области туризма и краеведения;
- способность к саморазвитию
- стремление к освоению новых знаний и умений, к достижению более высоких и оригинальных творческих результатов;
- мотивацию к здоровому образу жизни.

Воспитать:

- -трудолюбие, терпение;
- -уважительное отношение к другому человеку, доброжелательность;
- духовно-нравственные качества личности: любовь к народу, искусству, уважение к труду и его результатам, уважение к людям труда и их профессии и др.;
- -старательность;
- -активность, целеустремленность, настойчивость;
- -ответственность за свою деятельность;
- уверенность в себе и результатах своей деятельности;

Календарный учебный график 1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

№ п/п	Ме сяц	Форма организации занятий	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы контроля
1	сент ябрь	Беседа	2	Инструктаж по технике безопасности и правила поведения на соревнованиях. Туристские путешествия, история развития туризма	МБОУ ЦО № 45	Вводный контроль: опрос Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
2		Тренировка		Инструктаж по технике безопасности и правила поведения на соревнованиях. Туристские путешествия, история развития туризма	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
3		Тренировка	2	Понятие о спортивном туризме. Воспитательная роль туризма.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
4		Тренировка		Личное туристское снаряжение.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
5		Тренировка	2	Понятие о спортивном туризме. Воспитательная роль туризма.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
6		Тренировка		Назначение личного туристского снаряжения. Подготовка личного снаряжения к походу	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
7		Тренировка	2	Групповое туристское снаряжение.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
8		Презентация с элементами беседы		Назначение группового туристского снаряжения. Подготовка группового снаряжения к походу	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
9		Презентация с элементами беседы	2	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

10	Презентация с элементами беседы		Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
11	Тренировка	2	Подготовка к походу.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
12	Тренировка		Подготовка к походу.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
13	Тренировка	2	Соревнования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
14	Лекция		Соревнования	мбоу цо № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
15	Тренировка	2	Спуск по перилам в общей длине этапа «Спуск по склону»	мбоу цо № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
16	Тренировка		Спуск по перилам в блоке этапов	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
17	Тренировка	2	Подъём по перилам в блоке этапов	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
18	Тренировка		Подъём по перилам в общей длине этапа «Подъём по склону»	мбоу цо № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
19	Тренировка	2	Переправа первого участника вброд	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
20	Тренировка		Переправа первого участника вброд	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
21	Тренировка	2	Переправа первого участника через водное препятствие по бревну	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
22	Тренировка		Переправа первого участника через водное препятствие по бревну	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

23		Тренировка	2	Верхняя командная страховка	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
24	ОКТЯ	Тренировка		Верхняя командная страховка	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
25	- брь	Тренировка	2	Подъём первого участника с нижней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
26	_	Тренировка		Подъём первого участника с нижней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
27	_	Тренировка	2	Траверс склона первым участником	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
28	-	Тренировка		Траверс склона первым участником	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
29	-	Тренировка	2	Организация, восстановление и снятие перил Организация перил	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
30	_	Тренировка		Организация, восстановление и снятие перил Организация перил	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
31	_	Презентация с элементами беседы	2	Восстановление перил	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
32		Тренировка		Снятие перил	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
33		Тренировка	2	Переправа по перилам вброд, по бревну, по параллельным перилам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
34	-	Тренировка		Вспомогательное снаряжение	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
35		Тренировка	2	Движение по навесной переправе. Подъём (спуск) по наклонной навесной	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

			переправе		
36	Презентация с элементами беседы		Подъём (спуск) с самостраховкой по перилам (по склону)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
37	Тренировка	2	Движение по навесной переправе. Подъём (спуск) по наклонной навесной переправе	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
38	Тренировка		Подъём (спуск) с самостраховкой по перилам (по склону)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
39	Тренировка	2	Подъём по перилам (по склону) с верхней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
40	Презентация с элементами беседы		Подъём по перилам (по склону) с верхней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
41	Тренировка	2	Спуск по перилам (по склону) с верхней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
42	Тренировка		Спуск по перилам (по склону) с верхней командной страховкой	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
43	Тренировка	2	Траверс склона по перилам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
44	Тренировка		Траверс склона по перилам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
45	Тренировка	2	Соревнования по спортивному туризму	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
46	Тренировка		Соревнования по спортивному туризму	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
47	Тренировка	2	Переправа по бревну	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль:

				методом "горизонтальный маятник"		опрос, анализ, педнаблюдение
48		Тренировка		Переправа по бревну методом "горизонтальный маятник"	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
49	нояб рь	Тренировка	2	Переправа методом "вертикальный маятник"	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
50		Тренировка		Переправа с опорой на перила по бревну, по параллельным перилам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
51		Тренировка	2	Переправа методом "вертикальный маятник"	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
52		Тренировка		Транспортировка снаряжения	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
53		Тренировка	2	Способы ориентирования. Ориентирование на местности	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
54		Тренировка		Транспортировка снаряжения	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
55	_	Тренировка	2	Спуск спортивным способом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
56		Тренировка		Подъём спортивным способом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
57		Презентация с элементами беседы	2	Подъём спортивным способом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
58		Тренировка		Спуск спортивным способом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
59		Тренировка	2	Подъём по склону с организацией перил (индивидуальное прохождение)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

60	Тренировка		Подъём по склону с организацией перил (индивидуальное прохождение)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
61	Тренировка	2	Инструктаж по технике безопасности. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
62	Презентация с элементами беседы		Закаливание воздухом, солнцем, водой.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
63	Тренировка	2	Закаливание организма	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
64	Тренировка		Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
65	Презентация с элементами беседы	2	Походная медицинская аптечка. Соблюдение гигиенических требований в походе.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
66	Тренировка		Походная медицинская аптечка. Соблюдение гигиенических требований в походе.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
67	Тренировка	2	Профилактика заболеваний и травматизма. Оказание первой помощи при травмах	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
68	Тренировка		Профилактика заболеваний и травматизма. Оказание первой помощи при травмах	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

69		Тренировка	2	Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
70		Тренировка		Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
71		Тренировка	2	Хранение и транспортировка аптечки.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
72	абрь	Тренировка		Способы обеззараживания питьевой воды	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
73		Тренировка	2	Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
74		Тренировка		Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
75		Тренировка	2	Транспортировка пострадавшего	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
76		Тренировка		Транспортировка пострадавшего	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
77		Тренировка	2	Узлы для закрепления верёвки к опоре/карабину (штык, булинь, двойной булинь, проводник-восьмёрка,).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
78		Тренировка		Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (быстрота, выносливость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

79	Тренировка	2	Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра (грейпвайн, встречный, встречная восьмёрка)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
80	Тренировка		Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (быстрота, выносливость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
81	Тренировка	2	Тренировочная работа в бассейне. Плавание кролем.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
82	Тренировка		Тренировочная работа в бассейне. Особенности и сложности плавания кролем.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
83	Презентация с элементами беседы	2	Тренировочная работа в бассейне. Ошибки при плавании на груди	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
84	Тренировка		Тренировочная работа в бассейне. Комплексное плавание.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
85	Тренировка	2	Тренировочная работа в бассейне. Эстафеты	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
86	Тренировка		Тренировочная работа в бассейне. Плавание брассом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
87	Тренировка	2	Тренировочная работа в бассейне. Особенности и сложности плавания брассом.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
88	Презентация с элементами беседы		Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра (грейпвайн, встречная восьмёрка)	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

89		Тренировка	2	Переправа с опорой на перила по бревну, по параллельным перилам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
90		Тренировка		Основные требования к основному специальному и специальному снаряжению	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
91		Презентация с элементами беседы	2	Индивидуальные страховочные системы	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
92	_	Тренировка		Экипировка участника	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
93	_	Тренировка	2	Узлы: контрольный, полугрейпвайн, полусхватывающий).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
94		Тренировка		Правила движения в походе, преодоление препятствий. Разработка маршрута следования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
95		Тренировка	2	Организация проектной деятельности	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
96		Тренировка		Виды проектов	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
97	янва рь	Тренировка	2	Выбор темы и постановка цели проекта	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
98		Тренировка		Последовательность работы над проектом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
99	-	Тренировка	2	Структурные элементы пояснительной записки.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
100		Практические задания		Защита проекта	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
101		Тренировка	2	Промежуточная аттестация (декабрь). Тест	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ,

			по пройденным темам		педнаблюдение
102	Тренировка	_	Промежуточная аттестация (декабрь). Полоса препятствий	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
103	Тренировка	2	Инструктаж по технике безопасности. Тульская область и ее природные особенности	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
104	Тренировка		Символикой страны, Тульской области.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
105	Тренировка	2	Тульская область, важнейшие достопримечательности и культурные ценности родного края.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
106	Тренировка		Символика страны, области, районов области	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
107	Тренировка	2	Природные богатства Тульского края.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
108	Тренировка		Географическое положение Тульской области, рельеф местности, климат.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
109	Презентация с элементами беседы	2	Чернь и Чернский район. Возникновение и развитие.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
110	Тренировка		Мир растений нашего края.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
111	Тренировка	2	Инструктаж по технике безопасности. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
112	Тренировка		Характеристика и	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль:

				методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу		опрос, анализ, педнаблюдение
113		Тренировка	2	Выполнение упражнений общей физической подготовки	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
114		Презентация с элементами беседы		Выполнение упражнений общей физической подготовки	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
115		Тренировка	2	Спортивные игры: волейбол.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
116		Тренировка		Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (сила, выносливость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
117		Презентация с элементами беседы	2	Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (сила, выносливость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
118		Тренировка		Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (быстрота, ловкость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
119		Тренировка	2	Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (быстрота, ловкость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
120		Тренировка		Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (сила, гибкость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
121	Фев	Тренировка	2	Инструктаж по технике	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль:

	раль			безопасности. Понятие о топографической и спортивной карте.		опрос, анализ, педнаблюдение
122		Тренировка		Масштаб. Условные знаки.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
123		Тренировка	2	Топографические знаки. Знаки спортивных карт. Схожесть и отличия топографических знаков и знаков спортивных карт. Чтение карты. Правила нахождения точки своего стояния.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
124		Тренировка		Рельеф. Способы изображения рельефа на картах.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
125		Тренировка	2	Рельеф, его типовые формы и их практические свойства	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
126		Тренировка		Способы ориентирования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
127		Тренировка	2	Стороны горизонта. Компас. Правила обращения с компасом	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
128		Тренировка		Лыжная подготовка. Одновременный двухшажный ход	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
129		Тренировка	2	Лыжная подготовка. Попеременные ходы	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
130		Тренировка		Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
131		Тренировка	2	Лыжная подготовка. Одновременные ходы	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

132	Тренировка		Лыжная подготовка. Торможение упором. Спуск, подъем	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
133	Презентация с элементами беседы	2	Лыжная подготовка. Торможение плугом. Спуск, подъем	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
134	Тренировка		Лыжная подготовка. Одновременный бесшажный ход.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
135	Тренировка	2	Лыжная подготовка. Коньковый ход	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
136	Тренировка		Лыжная подготовка. Комбинирование лыжных ходов	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
137	Тренировка	2	Соревнования «Лыжня России». Тула.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
138	Презентация с элементами беседы		Соревнования «Лыжня России». Тула. (МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
139	Тренировка	2	Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (гибкость, выносливость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
140	Тренировка		Узлы: контрольный, полугрейпвайн, полусхватывающий).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
141	Презентация с элементами беседы	2	Определение сторон горизонта по компасу, по местным объектам, по полярной звезде, по солнцу	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
142	Тренировка		Вспомогательные узлы (проводник, баррел (полугрейпвайн удавка).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

143		Тренировка	2	Способы измерения расстояний на местности и на карте. Ориентирование с помощью карты в походе.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
144	-	Тренировка	-	Вспомогательные узлы (проводник, баррел (полугрейпвайн удавка).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
145	Мар	Тренировка		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
146		Тренировка		Схватывающие узлы «Пруссик»	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
147		Тренировка		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
148		Тренировка		Узлы для закрепления верёвки к опоре/карабину (двойной проводник, австрийский проводник).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
149		Тренировка		Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
150	-	Тренировка		Узлы для закрепления верёвки к опоре/карабину (двойной проводник, австрийский проводник).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
151		Тренировка		Соревнования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

152	Тренировка	Соревнования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
153	Тренировка	Достопримечательности Тульского края.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
154	Тренировка	Наш край в далёком прошлом.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
155	Тренировка	Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Работа с компасом.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
156	Тренировка	Узлы для закрепления верёвки к опоре/карабину (штык, булинь, двойной булинь, проводниквосьмёрка).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
157	Презентация с элементами беседы	Ориентирование карты по компасу. Измерение расстояний.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
158	Тренировка	Схема блокировки ИСС.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
159	Тренировка	Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
160	Тренировка	Построение алгоритма действий восстановления местонахождения	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
161	Тренировка	Тренировочная работа в тренажерном зале на тренажерах для развития физических качеств (сила, гибкость).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

162		Презентация с элементами беседы	Схема блокировки ИСС.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
163		Тренировка	Развитие физических качеств (ловкость, выносливость, координация движений).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
164	_	Тренировка	Требования к снаряжению и оборудованию	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
165		Презентация с элементами беседы	Развитие физических качеств (сила, быстрота).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
166		Тренировка	Развитие физических качеств (быстрота, гибкость, координация движений).	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
167	-	Тренировка	Соревнования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
168		Тренировка	Соревнования	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
169	Апр ель	Тренировка	Питание в походе. Значение правильного питания	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
170	-	Тренировка	е. Санитарные нормы при приготовлении пищи.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
171		Тренировка	Личное и групповое туристское снаряжение: выбор снаряжения	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
172		Тренировка	Подготовка личного и группового туристского снаряжения: назначение и выбор снаряжения	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

173	Тренировка	Укладка рюкзака, установка палатки.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
174	Тренировка	Установка палатки, крепление тента, обустройство защиты от ветра.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
175	Тренировка	Подготовка к походу	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
176	Тренировка	Правила планирования маршрута похода. Прокладка маршрута похода на топографической карте	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
177	Тренировка	Составление простой раскладки продуктов в походе	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
178	Тренировка	Животный мир Тульской области.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
179	Тренировка	Красная книга Тульской области.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
180	Тренировка	Реки, озёра и другие водные богатства	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
181	Тренировка	Природные богатства недр земли.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
182	Тренировка	Экологические проблемы и пути их решения.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
183	Презентация с элементами беседы	Природные богатства области.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

184	Тренировка	Энциклопедия городов и районов Тульской области.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
185	Тренировка	Развитие культуры, народные промыслы.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
186	Тренировка	Солдатская слава туляков.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
187	Тренировка	Викторина «Знаешь ли ты родной край»	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
188	Презентация с элементами беседы	Способы измерения расстояний на местности и на карте. Ориентирование с помощью карты в походе.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
189	Тренировка	Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
190	Тренировка	Ориентирование по местным предметам	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
191	Презентация с элементами беседы	Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение
192	Тренировка	Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Работа с компасом.	МБОУ ЦО № 45	Текущий контроль: опрос, анализ, педнаблюдение

Планируемые результаты 1-го года обучения

После окончания 1-го года обучения (стартовый уровень сложности) обучающиеся будут знать:

После окончания 1-го года обучения обучающиеся

должны знать (теоретическая подготовка):

- о памятных местах, музеях и православных святынях своего микрорайона, города;
- о пользе утренней зарядки и ведении здорового образа жизни;
- о месте и содержании работы членов семьи;
- о вкладе членов семьи в трудовые дела предприятий, организаций, учреждений;
- правила поведения в музее, на улице, в природном окружении; названия улиц микрорайона;
- 5-6 лекарственных трав, произрастающих в близлежащем окружении, правила их сбора и употребления:
- 3-4 ядовитых растения района;
- 5-6 дикорастущих съедобных растений;
- различать группы топографических знаков по цвету;
- правила безопасности организации туристских прогулок, экскурсий, путешествий;
- права и обязанности участников похода;
- расположение и функциональное назначение школьных помещений (библиотека, медкабинет, музей и т.д.);
- объекты школьного двора и их назначение;
- основные правила охраны природы;
- названия растений, произрастающих в школьном саду, правила ухода за ними;
- правила поведения в библиотеке;
- 4-5 растений, занесенных в Красную Книгу Тульской области;
- 5-6 животных, обитающих в окрестности г. Тула;
- меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при преодолении естественных препятствий;
- правила движения пешехода по тротуарам; улицам, автострадам;
- законы, правила и традиции краеведческой деятельности обучающихся;
- правила укладки рюкзака;

Должны уметь (практическая подготовка):

- подготовить простейшую экспозицию для выставки;
- убрать место привала;
- вести рассказ об изученных объектах микрорайона и г. Тула;
- одеваться и обуваться для туристских прогулок, путешествий, экскурсий, походов выходного дня по сезону;
- самостоятельно уложить сумку или рюкзачок;
- вести здоровый образ жизни;
- подготовить с помощью близких родственников мини-экспозиции поделок, семейных реликвий для выставки в объединении;
- получать информацию от родственников на заданные темы;
- рассказывать об увлечениях, достижениях, изделиях, детских годах своих близких родственников;
- читать простейшую карту-схему.

Будут воспитаны:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость;

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе.

У обучающихся разовьются:

- -стремление к освоению новых знаний;
- -умение самостоятельно контролировать свое время.

Информационное обеспечение рабочей программы

Карточка дополнительной общеразвивающей программы «Спортивный туризм» размещена в АИС «Навигатор дополнительного образования детей области», дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный туризм» - на официальном сайте учреждения в разделе «Сведения об образовательной организации. Образование» https://тоцдод.pd/образование/

Электронные образовательные ресурсы

- 1 URL:http://dopedu.ru (28.08.2023)
- 2 URL:www.pedsovet.org (28.08.2023)
- 3 URL:www.uchportal.ru (28.08.2023)
- 4 <u>URL:http://dopedu.ru</u> (28.08.2023)
- 5 <u>URL:www.school-russia.prosv.ru (28.08.2023)</u>
- 6 URL: www.ed.gov.ru (28.08.2023)
- 7 URL: http://www.edu.ru/ (28.08.2023)

Электронные источники:

- 1 www.photosight.ru (28.08.2023)
- 2 http://goroda-rossii.com(28.08.2023)
- 3 http://www.ostashkov.ru(28.08.2023)
- 4 http://community.livejournal.com/famous_places/ (28.08.2023)
- 5 http://www.tounb.tula.net/Exgibition/kreml.html (28.08.2023)
- 6 http://wiki.penzadom.ru/index.php(28.08.2023)

Список литературы

Для педагога

- 1 Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-Ф3, в ред. от 17.02.2023 г. // Российская газета. 2012. 31 дек.
- О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившей силу части 3 статьи 3 Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» : Федеральный закон от 28.12.2022 № 568-ФЗ // Российская газета. 2022. 30дек.
- 3 Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р : распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. Москва, 2023. URL: https://docs.cntd.ru/document/420219217 (дата обращения: 09.04.2023)
- 4 Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р // Российская газета. 2015. 8 июня.
- 5 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 // Консорциум КОДЕКС: электронный фонд правовых и нормативно технических документов. Москва, 2023. URL: https://docs.cntd.ru/document/551785916 (дата обращения: 09.04.2023)

- 6 Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей: приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 (в ред. от 02.02.2021) // Консорциум КОДЕКС: электронный фонд правовых и нормативно технических документов. Москва, 2021. URL: https://docs.cntd.ru/document/561232576 (дата обращения: 11.04.2023)
- 7 Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ: приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 // Официальный интернет портал правовой информации.

 Москва, 2017.

 URL: http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201709200016 (дата обращения: 09.04.2023)
- 8 Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» : приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. Москва, 2023. URL: https://docs.cntd.ru/document/726730634 (дата обращения: 09.04.2023)
- 9 Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 // КОДИФИКАЦИЯ.РФ: [сайт]. Москва, 2022. URL: https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.11.2015-N-09-3242/ (дата обращения: 09.04.2023)
- 10 СП 2.4.3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи : утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 // Официальный интернет-портал правовой информации. Москва, 2020. URL: http://pravo.gov.ru/proxy/ips//?docbody=&prevDoc=602107773&backlink=1&&nd=102955243 (дата обращения: 09.04.2023)
- 11 СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания: утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 // Официальный интернет-портал правовой информации. Москва, 2021.- URL: http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022 (дата обращения: 09.04.2023)
- 12 Устав государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей» (новая редакция): принят общим собранием работников ГОУ ДО ТО «ЦДОД» 18.06.2021 г. Тула, 2021. 33 с. Электронная копия документа доступна на сайте ГОУ ДО ТО "ЦДОД". URL: https://xn-d1aa2abrz.xn--p1ai/wp-content/uploads/2021/10/%D1%83%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2-%D0%93%D0%9E%D0%A3-%D0%94%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%94%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%94%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%9E-%D0%A6%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%D0%A6%D
- 13 Пути повышения доступности дополнительного образования детей в системе образования региона: методические рекомендации /Министерство образования Тульской области, ГОУ ДО ТО « Центр дополнительного образования детей», региональный модельный центр дополнительного образования Тульской области; сост.: Е. В. Смирнова, Л. Б.Лунина. Тула, 2023. 22 с.
- 14 Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ: приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 882; Министерства просвещения Российской Федерации № 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) // Консорциум КОДЕКС: электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. Москва, 2023. URL: https://docs.cntd.ru/document/565696194 (дата обращения: 11.04.2023)
- 15 Анашкин Е.Н. 300 вопросов и ответов о птицах. М.: Стрекоза, 1998
- 16 Афанасьев А.Д.Тульский биографический словарь (2 тома). Москва, 1996
- 17 Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе 2002

- 18 Барышева Ю.А., Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе . Москва, 1997
- 19 Винокурова Н., Развивающие задачи, упражнения, задания. Москва, 1998
- 20 Демидов С.И.Экскурсионные маршруты по Туле. Тула, 1996
- 21 Ильина В.А.Игры, конкурсы, развлечения. Москва, 2001
- 22 Маслов А.Г.Программа «Туризм и ориентирование в школе» М.: ФГБОУ ДО ФЦДО, 2021 г
- 23 Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. Москва, 1993

Для детей и родителей

- 1 История Малой Родины Тульский край: топонимика, география, геральдика Панферова Н.Н. Москва, 1994
- 2 «Туристско-экскурсионные маршруты по Туле и области» 1-2 выпуск Юркин И.
- 3 Уроки ориентирования Уховский Ф.С., 1995

Прошнуровано, пронумеровано и скреплено печатью

листов

листов)
— Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
— Ю.В.Грошев