

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Протокол № 3

Принята на заседании
педагогического совета

от 25.09. 2025г.

УТВЕРЖДАЮ

И.О. директора МБУ ДО ДДТ

А.В. Царицынская

25.09.2025г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Клуб Путешественников»**

Уровень программы: стартовый

Возрастная категория: от 7 до 15 лет

Состав группы: 15 человек

Срок реализации: 1 год

от "25" августа 2025г.

Автор-составитель:

Костюкова Е.В.

педагог дополнительного
образования

без категории

с. Курсавка

год разработки 2025г.

Пояснительная записка

Туризм - один из наиболее массовых видов спорта. Несмотря на сложную внутрисполитическую и экономическую обстановку в стране, тысячи туристов ежегодно выходят на свои маршруты. Правда, туризм сегодня не только самый массовый, но и один из наиболее дорогих. Но люди находят средства и способы хотя бы на неделю-две вырваться из плена дома и окунуться в чарующий мир первозданной природы.

Но там, же и подстерегают опасности, от которых нас отучил комфорт. Не только путешественник, любой человек может оказаться в экстремальной ситуации, например, заблудиться в лесу.

Экстремальная ситуация - понятие субъективное. Одна и та же ситуация может быть экстремальной для городского жителя и обыденной для сельского жителя, и на оборот. Поэтому можно утверждать, что любой конфликт человека с природой всегда возникает по вине человека, поскольку природа беспристрастна и ведет себя одинаково со всеми. Сейчас не часто человеку приходится сталкиваться с действительно первобытной природой, однако для современного жителя может стать экстремальным даже поход за грибами в лес, если при этом возникнут непредвиденные обстоятельства, например: резкое ухудшение погоды, лесной пожар, потеря ориентировки, укус змеи, травма и т.п.

В повседневном быту навыки выживания в природе тоже далеко не лишние.

Вот лишь некоторые случаи, когда мы остро ощущаем свою зависимость от повседневных благ цивилизации: техногенные аварии, стихийные бедствия и т.п. Во всех этих случаях лучше обратиться к природе, и покинув на время, ставшую враждебной, привычную среду обитания.

К сожалению, современное узкоспециальное и теоретизированное образование в большинстве случаев не дает ответа на конкретные вопросы, связанные с выживанием человека в той или иной ситуации. А занятие туризмом позволяет на практике отрабатывать возможные непредвиденные ситуации.

Но туризм это не только спорт. Это философия, образ и стиль жизни.

Путешествуя, человек знакомится с родной страной, иногда попадая в условия, близкие к тем, в которых жили наши предки, на практике знакомятся с бытом и традициями народов России, Ставропольского края и района. И в один прекрасный момент он задумывается о своем месте в жизни. Именно отсюда и начинается патриотизм - с отождествления себя со страной, в которой живешь, с её культурой и обычаями.

Актуальность программы

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма - это первоочередная задача современного образования. Беда нашей страны - растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей - слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психологические расстройства, доводящие до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически - вот ещё важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родного края и района.

Актуальность данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что туристско-краеведческая работа - это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, скатываться в криминальную среду, алкоголизм и наркоманию, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах.

Доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный учитель РФ,
Заслуженный путешественник России Константинов Ю.С. утверждает, что туризм,

как ни одно другое направление дополнительного образования, одновременно решает важнейшие педагогические задачи - это комплексное воздействие на ребенка: воспитание, обучение, оздоровление, профессиональная ориентация, социальная адаптация; совершенствование взаимоотношений педагогов и учащихся через воспитательную среду туризма. В воспитательном значении туризма Константинов выделяет такие важные аспекты, как ответственная взаимозависимость коллектива, которая рождает серьезное отношение к жизни, к друзьям, взаимность в действии, подразумевающая установление правил, которым все должны следовать и индивидуальная ответственность каждого члена группы за свои действия перед другими.

В туризме реализуются воспитание, образование, оздоровление и развитие комплексно, в естественных условиях:

- передвижение с рюкзаком и преодоление естественных препятствий - физическое развитие;
- нахождение на свежем воздухе - оздоровление;
- необходимость переносить разнообразные погодные условия - закаливание организма;
- красота окружающей природы - эстетическое воспитание;
- установка бивака, приготовление пищи, умение выполнять разнообразную работу - трудовое воспитание;
- взаимоотношения участников похода, необходимость взаимопомощи, дисциплины, ответственности - социальное и морально-нравственное воспитание;
- знакомство с природными богатствами своей страны, с ее историческими и культурными памятниками - патриотическое воспитание;
- приобретение новых знаний и полезного опыта - образование.

В походе турист имеет возможность вплотную наблюдать жизнь различных экосистем. Занимаясь пешеходным туризмом, ребенок знакомится с природой равнин, предгорья Кавказа и Ставропольской возвышенности. Таким образом, многопрофильная программа, связанная с разделами краеведения и экологии,

является одним из средств, позволяющих реализовать основные цели программы.

Общие сведения об учебной группе и программе

Данная программа рассчитана на три года обучения, возраст учащихся от 11 до 18 лет. Количественный состав занимающихся не должен превышать 15 человек.

Возрастные рамки определяются физическими и психологическими возможностями детей. Необходимо проконсультироваться с врачом, а в иных случаях и с родителями по вопросу допуска детей к походу и получить на каждого медицинскую справку.

Так же к занятиям должны привлекаться дети из группы риска (многодетные, малообеспеченные, не полные семьи).

На освоение программы отводиться 72 часа в год, причем практические занятия составляют большую часть программы. Занятия проводятся как в классе, спортзале так и на местности - 2 часа в неделю.

Основные цели

Основных целей, которых хотелось бы добиться при обучении детей по предлагаемой программе, я вижу в следующем:

- физическое и духовное развитие личности;
- воспитание в ребенке любви к окружающему миру и родной стране;
- формирование чувства патриотизма и гражданственности;
- уточнение, подтверждение полученных и приобретенных новых знаний по предметам школьной программы, взаимосвязанных с туристско-спортивной и туристско-краеведческой деятельностью;
- выявление и развитие творческих интересов школьников через общение с природой и культурными памятниками родной страны
- формирование личности, способной творчески адаптироваться к жизни, её изменениям, в том числе агрессивным проявлениям, путем усвоения специально разработанной системы навыков и взглядов;
- овладение ребенком основными спортивно-техническими профессиональными навыками в данной области;

- развитие способности к принятию творческих решений в нестандартных жизненных ситуациях на основе имеющегося багажа практического опыта, т.е. переход количества практического опыта и знаний в качество оригинальных решений;
- социальная адаптация детей и подростков из неблагополучных семей и детей с отклонением в социализации;
- воспитание в школьниках основных человеческих качеств: взаимовыручка, дружба, честность, бескорыстие, самостоятельность, отзывчивость.

Задачи, раскрывающие цели

Поставленных целей можно добиться, решая основные воспитательные, познавательные и оздоровительные задачи, а именно:

- пропаганда туристско-спортивной и туристско-краеведческой деятельности;
- пропаганда здорового образа жизни через занятия спортом;
- участие в туристических соревнованиях, проводимые в районе и крае;
- формирование из числа старших и наиболее опытных учащихся инструкторского звена, помогающего в реализации данной программы;
- привлечение наиболее опытных выпускников к работе в должности педагога дополнительного образования;
- изучение культуры и природы родного края и района через туристические походы, посещение памятников истории и природы.

Условия для реализации программы

1. **Материально-техническая и учебно-методическая база.** Для реализации программы достаточно иметь небольшое помещение для занятий с группой. Комплект группового снаряжения для непродолжительного похода, рассчитанный на количество занимающихся в группе. Комплект личного снаряжения: рюкзаки, спальные мешки, штормовки. Специальное снаряжение: веревки, карабины, жумары, восьмерки, страховочные системы, каски, перчатки. Помимо снаряжения должны присутствовать наглядные пособия по топографии, медицине, стенды по туризму.

2. Технические средства обучения. Необходимо иметь проектор и персональный компьютер.

3. Связь с туристическими организациями. Педагогу, работающему в области туризма, следует согласовывать мероприятия с высшими образовательными организациями и организацией дополнительного образования СЮТур.

4. Финансирование. Средства и финансирование походов производиться из школьного бюджета и добровольных пожертвований.

Критерии оценивания результатов

Положительными результатом работы педагога по данной программе можно считать:

- сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения;
- постоянный рост спортивно-технического мастерства;
- рост уровня спортивных достижений команды (выступление на соревнованиях, слетах)
- привлечение старших воспитанников к судейству на районных соревнованиях;
- сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы.

Способы оценки результатов

Для оценки качества знаний, умений и навыков учащихся следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия. В конце каждого года обучения проводится зачет по практическому курсу изученных дисциплин.

Уровень технического мастерства проверяется на соревнованиях. Уровень спортивного мастерства проверяется сдачей нормативов и присвоением очередных спортивных разрядов и званий.

Ожидаемые результаты

В результате освоения программы дополнительного образования: формируется гармоничная личность воспитанника, которая складывается из следующих компонентов: физическое и психическое здоровье, нравственное воспитание и

социальная адаптированность.

Эффективность освоения программы оценивается следующими критериями:

1. **физический критерий:** снижается заболеваемость, увеличивается выносливость, уменьшаются или исчезают вредные привычки;
2. **социальный критерий:** увеличивается количество новых знакомых, развиваются коммуникативные навыки посредством постоянного общения в коллективе, возрастает степень сплоченности в коллективе;
3. **психический критерий:** уравновешенность, умение владеть собой, оптимизм, волевые качества личности;
4. **нравственный критерий:** бережное отношение к природе, общечеловеческие нравственные ценности.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Юный турист»

1 год обучения (72 часа)

№

п/п

Наименование тем и результатов Количество часов

теория практич. всего

1. Основы туристской подготовки

1.1 Туристические путешествия, история развития туризма 1 - 1

1.2 Личное и групповое туристическое снаряжение 1 - 1

1.3 Топография и ориентирование. Компас. Работа с компасом 1 3 4

Всего: 3 3 6

2. Краеведение

2.1 Экскурсионные маршруты края и района, объекты, музеи 1 - 1

2.2 Общественно-полезные работы в путешествии, охрана природы и памятников культуры края и района

1 - 1

Всего: 2 0 2

3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

3.1 Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

1 1 2

3.2 Использование лекарственных растений в походе 1 1 2

Всего: 2 2 4

4. Общая и специальная физическая подготовка

4.1 Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений

1 - 1

4.2 Самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировке

1 - 1

4.3 Специальная физическая подготовка - 30 30

Всего: 2 30 32

5. Специальная туристская подготовка

5.1 Вязка узлов 1 5 6

5.2 Работа со снаряжением 1 4 5

Всего 2 9 11

6. Начальная судейская подготовка

6.1 Организация и проведение туристических слетов и соревнований. Правила туристических соревнований

1 - 1

Всего 1 - 1

7. Походы

7.1 Поход выходного дня - 16 16

Всего - 16 16

ИТОГО: **12 60 72**

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Юный турист»

2 год обучения (72 часа)

№

п/п

Наименование тем и результатов Количество часов

теория практич. всего

1. Основы туристской подготовки

1.1 Организация туристического быта. Привалы и ночлеги 1 - 1

1.2 Питание в туристском походе 1 - 1

1.3 Туристские должности в походе 1 - 1

1.4 Действия группы в различных природных условиях 1 2 3

1.5 Топография и ориентирование. Компас. Работа с компасом 1 4 5

Всего: **5 6 11**

2. Краеведение

2.1 Разработка маршрутов 1 - 1

2.2 Экскурсионные маршруты края и района, объекты, музеи 1 - 1

Всего: **2 0 2**

3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

3.1 Личная гигиена туриста, профилактика различных
заболеваний

1 1 2

3.2 Походная медицинская аптечка 1 - 1

3.3 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи 1 1 2

3.4 Приемы транспортировки пострадавшего 1 1 2

Всего: **4 3 7**

4. Общая и специальная физическая подготовка

4.1 Самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировке

1 - 1

4.2 Специальная физическая подготовка - 17 17

Всего: **1 17 18**

5. Специальная туристская подготовка

5.1 Вязка узлов 1 3 4

5.2 Работа со снаряжением 1 4 5

Всего **2 7 9**

6. Начальная судейская подготовка

6.1 Организация и проведение туристических слетов и соревнований. Правила туристических соревнований

1 - 1

Всего **1 - 1**

7. Походы

7.1 Поход выходного дня - 24 24

Всего - **24 24**

ИТОГО: **15 57 72**

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Юный турист»

3 год обучения (72 часа)

№

п/п

Наименование тем и результатов Количество часов

теория практич. всего

1. Основы туристской подготовки

1.1 Туристские должности в походе 1 - 1

1.2 Действия группы в различных природных условиях 1 1 2

1.3 Топография и ориентирование. Компас. Работа с компасом и картой

1 2 3

Всего: **3 3 6**

2. Краеведение

2.1 Разработка маршрутов 1 - 1

2.2 Экскурсионные маршруты края и района, объекты, музеи 1 - 1

2.3 Общественно-полезные работы в путешествии, охрана природы и памятников культуры края и района

1 - 1

Всего: **3 0 3**

3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

3.1 Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

1 1 2

3.2 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи 1 1 2

3.3 Приемы транспортировки пострадавшего 1 1 2

Всего: **3 3 6**

4. Общая и специальная физическая подготовка

4.1 Самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировке

1 - 1

4.2 Специальная физическая подготовка - 15 15

Всего: **1 15 16**

5. Специальная туристская подготовка

5.1 Вязка узлов 1 2 3

5.2 Работа со снаряжением 1 6 7

Всего **2 8 10**

6. Начальная судейская подготовка

6.1 Организация и проведение туристических слетов и соревнований.

Правила туристических соревнований

1 - 1

Всего **1 - 1**

7. Походы

7.1 Поход выходного дня - 30 30

Всего - **30 30**

ИТОГО: **13 59 72**

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

для проверки знаний воспитанников после окончания

обучения по программе “Юный турист”

1. Понятие о туризме. Какие вы знаете виды туризма?
 2. Назовите возможные опасности в походе.
 3. Общие гигиенические требования в походе.
 4. Назовите назначение и состав медицинской походной аптечки.
 5. Правила оказания первой помощи при отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях.
 6. Назовите признаки отморожения и правила оказания доврачебной помощи.
 7. Как избежать ожогов, тепловых и солнечных ударов?
 8. Правила оказания первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударе.
 9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран.
 10. Как остановить кровотечение из раны?
 11. Назовите признаки ушибов, растяжений и правила оказания первой помощи.
 12. Признаки вывихов, переломов и правила оказания доврачебной помощи.
- Порядок наложения шин.
13. Назовите причины возникновения потертостей, наминов, мозолей.
- Порядок оказания первой помощи.

14. Назовите способы и правила транспортировки пострадавшего.
15. Что входит в перечень личного снаряжения? Требования к одежде и обуви.
16. Перечислите, что входит в групповое снаряжение.
17. Как правильно уложить вещи в рюкзак и обеспечить его влагонепроницаемость?
18. Порядок установки палаток различных типов и размещение в них вещей, предохранение палаток от намокания.
19. Цели походов. Классификация походов по степеням.
20. Назовите туристские должности в группе. Постоянные и временные должности.
21. Правильная организация движения группы на маршруте. Режим и темп движения, привалы, питьевой режим.
22. Выбор места для ночлега (бивуака). Основные требования к месту бивуака.
23. Дайте общую характеристику к естественных препятствий. Преодоление рек, заболоченных участков.
24. Требования безопасности: на транспорте, при преодолении препятствий.
25. Какие вы знаете узлы, применяемые в туризме. Назовите группы по назначению.
26. Основные типы костров и их назначение.
27. Выбор места для костра. Меры безопасности при обращении с огнем. Экологические требования.
28. Что относится к костровым приспособлениям. Варочная посуда. Способы подвески котлов.
29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
31. Набор продуктов для приготовления пищи на костре. Перекус. Упаковка и хранения продуктов.
32. Суточные нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке.
33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи.

34. Назовите способы обеззараживания воды.
35. Понятие о топографической карте, её значение для туристов.
36. Содержание топографической карты. Разграфка и номенклатура топокарт.
37. Понятие о масштабе. Виды масштабов.
38. Какой из двух масштабов крупнее: а) 1 : 50000 или б) 1 : 500 000.
39. Назовите способы измерения расстояний на карте. Работа с численным и линейным масштабами.
40. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 25000?
41. Назовите виды условных знаков и их общие свойства.
42. Как делятся условные топонимы по группам? Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.
43. Что изображают представленные топонимы? (По усмотрению проверяющего).
44. Назовите способы изображения рельефа на картах. Сущность горизонталей.
45. Назовите типичные формы рельефа и их изображения на топокартах.
46. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
47. Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.
48. Определение истинного азимута на местности.
49. Определение магнитного азимута на местности.
50. Компас. Типы компасов и их назначение.
51. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?
52. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?
53. Назначение спортивной карты и её отличие от топокарты.
54. Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию.
55. Географическое положение Ставропольского края и Андроповского района. Рельеф. Полезные ископаемые.

56. С какими областями граничит Ставропольский край и какими районами граничит Андроповский район?
57. Назовите основные реки и озера Ставропольского края и Андроповского района.
58. Административное деление области. Назовите крупные города.
59. В каком году и где был заложен г. Ставрополь. Почему наш город называли Ставрополем?
60. Назовите самые крупные предприятия области Ставрополья.
61. Что рассказывают раскопки о далёком прошлом Ставропольской возвышенности?
62. Ставрополье в период Великой Отечественной войны 1941-45 г.г.
63. Назовите исторические и архитектурные объекты Ставропольского края и Андроповского района.
64. Правила поведения в лесу и на водоёмах. Наблюдения в походе. Признаки изменения погоды.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Александрова Л. И. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: учеб. Пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М., ЦДЮТур России, 1996.
3. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
4. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. - М., ЦДЮТур России, 1997.
5. Болотов С.Б., Прохорова Е.А., «Спортивное ориентирование», (выпуск). М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002.
6. Бутенко Н.И., Савельева В.В., Шальнова В.А. - Физическая география Ставропольского края: - Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2000
7. Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. Методика обучения юных

ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам: Учебное пособие.- Смоленск, 1998.

8. Гаазов В.Л. Прогулки по Ставропольской возвышенности - Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2003 г.

9. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. - М.: Физкультура и спорт, 1998.

10. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика.- М.: Физкультура и спорт, 1985.

11. Ивановский В.А., Занимательное краеведение «Ставропольский край». - РИО СФ МГОПУ, 2003 г.

12. Кодыш Э.Н. Соревнование туристов: Пешеходный туризм. М.: Физкультура и спорт, 1990 г

13. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.

14. Крапивко Д.А. География Андроповского района Ставропольского края. - М.: МГЦНТИ, 2002.

15. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур, 1997.

16. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. - М., ФиС, 1988.

17. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм. - М., ЦДЮТур России, 1997.

18. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступням ГТО. - М.: Физкультура и спорт, 1989.

19. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.

20. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997

21. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс. М.: АСТ: Астрель, 2006 г.

22. В.Ф. Шимановский. Питание в туристическом путешествии. М «Профиздат», 1986

23. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. - М., ЦДЮТур России, 1995.

Для обучающихся

1. Бутенко Н.И., Савельева В.В., Шальнова В.А. - Физическая география Ставропольского края: - Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2000
2. Гаазов В.Л. Прогулки по Ставропольской возвышенности - Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2003 г.
3. Ивановский В.А., Занимательное краеведение «Ставропольский край». - РИО СФ МГОПУ, 2003 г.
4. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
5. Крапивко Д.А. География Андроповского района Ставропольского края. - М.: МГЦНТИ, 2002.
6. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - **М.:** ЦДЮТур, 1997.
7. Куприн А.М. Занимательная картография. - М., Просвещение, 1989.
8. Матюцкий С.П. Туристу о растениях. - М., Профиздат, 1988.
9. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. - М., Профиздат, 1988.
10. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.
11. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. - М., ФиС, 1985.