

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
Грязовецкого муниципального района Вологодской области  
«Сидоровская школа»**

ПРИНЯТО  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 10  
от 31 мая 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Сидоровская школа»  
Зимина Т.А.  
Приказ № 428  
от 31 мая 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Альпинист»**

**Направленность: туристско-краеведческая**

**Возраст детей: 11 - 14 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Автор – составитель: Шипицын Александр  
Валерьевич,  
педагог дополнительного образования

2023 г.

## I. Целевой раздел

### 1. Пояснительная записка

Наш век – век технического прогресса, развития высочайших технологий и как следствие этому идет резкое ухудшение экологической среды, остро встает вопрос оздоровления населения страны. Большинство детей сейчас рождаются со всевозможными болезнями и отклонениями в развитии организма. Многие лекарственные препараты малоэффективные, а то и просто поддельные. Поэтому, возрастает роль спорта и физических упражнений.

Одним из самых эффективных, увлекательных, полезных видов спорта является туризм. Движение, чистый воздух, физические нагрузки, неформальное общение – это именно то, что нужно для укрепления и формирования здорового организма обучающегося.

**Актуальность программы.** Туристско-краеведческая форма учебно-воспитательной работы является эмоционально яркой и очень содержательной стороной жизни учащихся. Такая форма работы способствует: укреплению здоровья, разностороннему воспитанию, становлению гражданственности и патриотизма подрастающего поколения. Особенно актуальными в настоящее время являются: укрепление здоровья учащихся через дозированные физические нагрузки, знакомство воочию с красивейшими ландшафтами страны, непосредственный контакт с природой.

**Теоретическая значимость программы** заключается в том, что школьный туризм получил четкое определение. Классификацию и основные теоретические принципы, пригодные для его организации.

**Практическая значимость программы** заключается в том, что каждый принцип организации сопровождается реальными практическими рекомендациями, реализую которые можно организовать школьный туризм, адекватно современным особенностям социальной жизни в Российской Федерации.

**Новизна программы** в том, что в содержании заложены и предлагается формирование эколого-туристских умений (норм и правил рекреационного природопользования), предполагается формирование экологических знаний у юных туристов на основе базовых знаний.

**Цель программы** – обучение учащихся основам туристско-краеведческой деятельности, пешему и велосипедному туризму, ориентированию.

#### **Задачи программы:**

##### **Воспитательный аспект:**

- Бережное отношение к окружающей среде и любовь к природе;
- Систематические тренировки организма на свежем воздухе через спортивные подвижные игры, преодоление экстремальных походных условий, привить здоровый образ жизни.

##### **Обучающий аспект:**

- Привитие туристических приемов и навыков;
- Приобщение к исследовательской поисковой работе;
- Применение экологических знаний;
- Практическое применения ОБЖ.

##### **Оздоровительный аспект:**

- Укрепление здоровья обучающихся.
- Формирование положительного эмоционального заряда, психологической уравновешенности для успешного осуществления учебного процесса.

**Направленность программы** – туристско-краеведческая.

**В реализации программы** участвуют учащиеся в возрасте от 11 до 14 лет.

**Наполняемость группы:** 10-18 чел

Обучение по программе рассчитано на 34 рабочие недели.

## II. Содержательный раздел.

### 1. Учебный план

№	Наименование темы	Количество часов, всего	Теория	Практика
<b>I. Введение в туризм.</b>				
1.1.	Вводное занятие	1	1	-
1.2.	Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
	<b>Итого:</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>II. Основы пешеходного туризма.</b>				
2.1.	Туристические возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе.	1	1	-
2.2.	Особенности пешеходного туризма.	1	1	-
2.3.	Туристическое снаряжение. Рюкзаки.	2	1	1
2.4.	Бивак. Привалы и ночлеги.	2	1	1
2.5.	Гигиена туриста. Медицинская подготовка туриста.	3	2	1
2.6.	Организация и подготовка пешеходного похода.	2	1	1
2.7.	Питание в туристическом походе.	2	1	1
2.8.	Ориентирование на местности. Топография.	2	1	1
2.9.	Техника и тактика пешеходного похода. Спортивная подготовка туриста. Узлы.	6	1	5
	<b>Итого:</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
<b>III. Основы велосипедного туризма.</b>				
3.1.	Особенности велосипедного туризма.	1	1	-
3.2.	Тактика и техника велосипедного туризма. Физическая подготовка туриста.	2	1	1
3.3.	Естественные препятствия в велосипедном походе, техника их преодоления.	2	1	1
3.4.	Топография и ориентирование на местности.	2	1	1
3.5.	Снаряжение и питание. Привалы.	2	1	1
3.6.	Спортивные туристические игры.	1	-	1
	<b>Итого:</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>

#### **I. Введение в туризм (2 часа).**

##### **1. Вводное занятие (1 час).**

Информация о работе кружка, цели, задачи, содержание работы. Организация занятий. Законы туристов. Анкетирование. Требования к участникам и руководителю, права и обязанности.

##### **1.1. Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности (1 час).**

Беседа о туризме, значении туризма для человека. Виды туризма, законы туристов. Место туризма в Российской системе физического воспитания. Традиции Российского туризма. Значение туризма для укрепления здоровья и физического развития, воспитание волевых и моральных качеств. Нравственное и эстетическое воспитание средствами туризма и экскурсий. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

#### **II. Основы пешеходного туризма (21 час).**

## **2.1. Туристские возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе (1 час).**

Климат, растительность, животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. История края, памятные исторические места. Знатные люди края. Закон об охране природы. Охрана природы, памятников истории и культуры во время походов и путешествий. Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов.

### **2.2. Особенности пешеходного туризма (1 час).**

Общая характеристика пешеходного туризма. Возможность посещения обширных районов страны, познание Родины, развитие физических качеств туристов, организация активного отдыха. Особенности пешеходных походов в различных географических районах.

### **2.3. Туристское снаряжение. Рюкзаки (2 часа).**

Групповое и личное снаряжение. Перечень личного снаряжения для похода, требования к нему. Одежда и обувь для летнего похода. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, половник. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Правила хранения и эксплуатации туристского снаряжения. Ремонтный набор, аптечка. Типы рюкзаков. Преимущества и недостатки различных рюкзаков. Правила укладки рюкзаков.

*Практическое занятие.* Выполнение тестовых заданий, туристские эстафеты. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Проведение игры «Что взять с собой в поход». Уход за снаряжением, его ремонт.

### **2.4. Бивак. Привалы и ночлеги (2 часа).**

Назначение привалов, периодичность и продолжительность привалов в зависимости от условий перехода. Требования к местам привалов и ночлегов, их безопасность. Устройство ночлега в полевых условиях: выбор места, планировка лагеря, распределение работы. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Типы костров и их назначение. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Варка пищи, сушка одежды и обуви. Дежурство. Снятие лагеря. Санитарные правила. Противопожарные меры. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Охрана природы на местах привалов и ночлегов. Нормы поведения туристов в населенных пунктах. Организация ночлегов в помещении. Игры в пути и на привале. Туристическая песня.

*Практическое занятие.* Организация бивака в полевых условиях. Установка и снятие палатки. Обучение пользованию топором, пилой лопатой, ремонтным инструментом. Техника разведения костра. Разучивание игр. Разучивание и исполнение туристических песен.

### **2.5. Гигиена туриста. Медицинская подготовка (3 часа).**

Личная гигиена туриста. Уход за ногами и обувью в походе. Питьевой режим, гигиена и режим питания. Значение систематического медицинского осмотра. Самоконтроль в походе. Предупреждение потертостей, тепловых и солнечных ударов. Первая (доврачебная) помощь в походе: при ожоге, повреждении кожного покрова, кровотечении, растяжении связок, вывихе, переломе, отравлении, тепловом и солнечном ударе. Наложение повязок, искусственное дыхание, транспортировка пострадавшего. Примерный состав медицинской аптечки для похода выходного дня.

*Практическое занятие.* Формирование медицинской аптечки на поход выходного дня. Приёмы транспортировки пострадавшего, транспортировка пострадавшего. Оказание первой доврачебной помощи, перевязки при несложном ранении.

### **2.6. Организация и подготовка пешеходного похода (2 часа).**

Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ. Принципы подбора группы. Распределение

обязанностей. Подбор материала о районе похода. Смета похода. Проверка готовности группы к походу на местности. Сообщения о прохождении маршрута. Порядок движения на маршруте. Режим дня. Права и обязанности руководителя и участников похода. Ведение дневниковых записей. Фотографирование в походе.

***Практическое занятие.*** Составление плана подготовки похода. Разработка и изучение маршрута похода. Составление сметы похода. Подготовка группового и специального снаряжения.

### **2.7. Питание в туристском походе (2 часа).**

Значение правильной организации питания. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов питания для похода. Требования к продовольствию. Составление меню и раскладок. Упаковка и транспортировка продуктов. Режим питания в походе. Приготовление пищи в походных условиях. Санитарные требования. Учет расхода продуктов питания. Водно-солевой режим. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды. Подбор продуктов питания для похода выходного дня. Приготовление пищи на костре. Режим питания в походе. Костровые принадлежности для приготовления пищи. Два варианта организации питания в походе выходного дня: бутерброды, приготовление горячих блюд.

***Практическое занятие.*** Составление меню на поход выходного дня. Закупка, фасовка, транспортировка продуктов питания. Составление меню и раскладки с учетом калорийности. Опыты по очистке воды. Кипячение, марганцовка, активированный уголь и т.д.

### **2.8. Ориентирование на местности. Топография (2 часа).**

Типы компасов. Устройство компаса и его применение. Правила обращения с компасом. Понятие о магнитном склонении. Азимут и движение по нему. Ориентир, что может служить ориентиром. Обратный азимут. Ориентация на местности по карте, компасу и местным предметам. Определение сторон горизонта по местным предметам, часам и солнцу. Для чего в походе необходимо измерять расстояния. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Средний шаг. Глазомер. Визирование. Прямые и обратные засечки. Значение топографии и ориентирования для туристов. Краткие сведения о спортивном ориентировании, виды и правила соревнований. Виды карт, используемых туристами, их характеристика. Основные сведения о карте, условные основные обозначения. Обращение с картой в походе, чтение карты: ориентация, определение масштаба, измерение расстояний, составление схемы маршрута. Топографическая подготовка. Роль топографических знаков на плане и карте. Условные знаки, группы знаков, цвет, формы и размеры знаков. Зарисовка топографических знаков по группам (65 знаков). Объяснение знаков и незнакомых местных предметов.

***Практическое занятие.*** Определение сторон горизонта с помощью компаса, нахождение предмета по азимуту. Движение по азимуту, измерение азимутов различных направлений на местности и расстоянии. Измерение своего среднего шага. Упражнение на глазомерную оценку азимута. Тренировка глазомера. Упражнение на смешанное ориентирование без применения компаса. Чтение карты, упражнения по определению масштаба, измерение расстояний по карте. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов). Зарисовка топографических знаков. Оповознавание знаков на карте. Учебные тренировки в движении по азимуту, глазомеру. Учебные соревнования по прохождению азимутальных маршрутов.

### **2.9. Техника и тактика пешеходного похода. Спортивная подготовка туриста. Узлы (6 часов).**

Техника передвижения и преодоления естественных препятствий. Характеристика естественных препятствий, встречающихся в пешеходном путешествии. Техника движения в различных условиях. Организация переправ через водные преграды. Переправа по клади и вброд. Основные правила движения группы. Темп и режим движения. Движения по дорогам, тропе, болоту, по тундре без дорог и троп, движения на подъёмах и спусках, движения в темноте. Значение физической подготовки для туриста. Основные физические и морально-волевые качества необходимые туристу (сила, выносливость, быстрота). Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка, упражнения для укрепления и развития

рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног, беговые тренировки. Узлы, их назначение (прямой, булинь, удавка).

**Практические занятия (5 часов).** Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов. Переправа по кладу и вброд. Подъём по склону его траверс; преодоление канавы с использованием подвесной верёвки ("маятник"); шеста; преодоление завала. Отработка движения колонной, по дорогам, тропам, пересеченной местности (кочки, паутина). Эстафеты, подвижные игры на воздухе, в спортивном зале. Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения, кроссовая, силовая подготовка. Спортивные игры. Вязка туристских узлов (прямой, булинь, схватывающий). Работа с веревками. Работа с карабинами.

### **III. Основы велосипедного туризма (11 часов).**

#### **3.1. Особенности велосипедного туризма (1 час).**

Краткие сведения из истории велосипедного туризма. Значение туристических походов и путешествий, особенности велосипедного туризма, его проблемы и перспективы дальнейшего развития.

#### **3.2. Тактика и техника велосипедного туризма. Физическая подготовка туриста (2 часа).**

Техника движения. Виды маршрутов, их относительные преимущества и недостатки. Планирование похода: величина дневных переходов, скорость и ритм движения, количество, периодичность и продолжительность привалов. Выбор места бивака. Значение физической подготовки для туриста. Воспитание выносливости, ловкости и силы. Закаливание организма. Страховка, самостраховка и меры безопасности в походе. Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивным туризмом.

**Практическое занятие.** Разработка и планирование маршрута велосипедного похода. Физическая подготовка туриста.

#### **3.3. Естественные препятствия в велосипедном туризме, техника их преодоления (2 часа).**

Характеристика естественных препятствий в велосипедном походе: лесные завалы, овраги, крутые склоны, гари, болота, ручьи и реки, горные перевалы и т. п. Страховка и самостраховка. Страховочные обвязки. Техника преодоления естественных препятствий и меры безопасности при их преодолении. Обязанности руководителя и участников по обеспечению мер предосторожности и самостраховки.

**Практическое занятие.** Отработка навыков преодоления препятствий на импровизированной специальной туристической полосе в спортивном зале.

#### **3.5. Топография и ориентирование на местности (2 часа).**

Значение для туриста знания топографии и умения ориентироваться на местности. Условные основные топографические знаки и способы изображения рельефа местности. Организация и порядок движения по азимуту на открытой местности, в кустах. Определение сторон горизонта по компасу, часам, солнцу, Полярной звезде, местным предметам и различным признакам. Ориентирование на местности с помощью карты, чтение карты. Простейшие способы определения своего местонахождения.

**Практическое занятие:** работа с картами различного масштаба, упражнения по определению масштаба, измерение расстояния по карте. Знакомство с различными формами рельефа на местности. Упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки. Движения по азимуту. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Определение азимута транспортиром. Ориентирование по местным признакам и предметам.

#### **3.6. Снаряжение и питание. Привалы (2 часа).**

Общественное снаряжение и требования к нему. Различные типы палаток (материал, размеры, формы). Многоместные спальные мешки, подстилки. Костровое имущество (сетки, тросик, варочная посуда), пилы, топор, печка, подготовка их к транспортировке и переноска в рюкзаке. Ремонтный набор. Личное снаряжение и требования к нему. Подготовка к велосипедному походу. Одежда и обувь туриста. Режим питания и калорийность пищи в

зависимости от сложности маршрута и температурных условий. Роль белков, жиров, углеводов и витаминов. Примерный набор и дневная норма расхода продуктов. Расчет необходимого количества продуктов на поход. Подготовка, расфасовка и транспортировка продуктов, их учет, сохранение. Приготовление пищи на костре. Назначение, периодичность и продолжительность привалов. Организация бивака, выбор места для палатки и костра, распределение работ, заготовка дров, варка пищи, дежурство у костра. Сушка обуви и одежды у костра. Виды костров.

**Практическое занятие:** выбор снаряжения. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Выбор места бивака, самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагерь. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров. Работа с пилой и топором.

### 3.9. Спортивные туристические игры (1 час).

Виды спортивных эстафет, игр. Правила игр.

**Практическое занятие:** Эстафеты с элементами велосипедного туризма, футбол, пионербол, волейбол.

## III. Организационный раздел.

### Планируемые результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся должны

#### **знать:**

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- туристические правила;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

#### **уметь:**

- проводить специальную разминку для туриста;
- овладеют основами техники туризма;

#### **Разовьют следующие качества:**

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

### 3. Система оценки достижения планируемых результатов

- Знания, умения и навыки, полученные обучающимися на занятиях, подвергаются педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных учащимися знаний в рамках программы.

- После изучения второго модуля проводится контроль знаний по темам. Текущий контроль предполагает контроль умения и навыки один раз в месяц с помощью практических тестов. В конце курса обучения предусмотрены командные соревнования. В течение года с помощью отбираются обучающиеся для участия в районных соревнованиях.

**Форма аттестации:** тест

#### 1. Календарный учебный график

Содержание	Разновозрастная группа 11 - 14 лет
Кол-во групп	1
Режим работы	16:00 – 17:00
Начало учебного года	2 сентября 2024 года
Закрытие на летний период	01.06.2025– 31.08.2025

<b>Окончание учебного года</b>	26.05.2025
<b>Продолжительность уч. года, всего, в том числе:</b>	34 недели
<b>Продолжительность учебной недели</b>	1 день в неделю
<b>Занятия в группе</b>	Во второй половине дня
<b>Продолжительность занятий</b>	40 минут
<b>Перерыв между уроками и занятием</b>	60 минут

В дни каникул для детей могут быть организованы как групповые, так и индивидуальные занятия.

## **2. Оценочные и методические материалы**

Демо-версии проверки теоретических знаний:

### **1. Какие условия необходимы для развития туризма?**

- а) политическая стабильность, развитие транспортной индустрии, развитие местной промышленности;
- б) природные богатства, инфраструктура, материальная база, транспортные услуги, ресурсы гостеприимства.
- в) все выше перечисленное

### **2. Основные отличия туриста от экскурсанта?**

- а) в организации посещения другой местности;
- б) в целях путешествия;
- в) в длительности путешествия.

### **3. Дайте определение понятия «Тур»?**

- а) Организованная совокупность услуг во время путешествия;
- б) Это индивидуальная или групповая поездка по определенному туристскому маршруту в конкретно определенный срок;
- в) Распространенный в туризме вид продажи товара, когда несколько услуг реализуются в наборе.

### **4. Туристский маршрут это?**

- а) заранее спланированная трасса передвижения туристов, рассчитанная по времени с целью получения предусмотренных программой обслуживания услуг;
- б) путь передвижения путешественников, рассчитанный по времени с целью получения экскурсионных услуг;
- в) все вышеперечисленное.

### **5. Туроператор – это?**

- а) предприятие, организующее рекламу и продвижение туристического продукта;
- б) реализатор туристического продукта;
- в) предприятие, занимающееся разработкой туристического продукта, комплектацией тура и обеспечивающее их функционирование.

### **6. Турист - это гражданин, посещающий страну (место) временного пребывания?**

- а) с занятием оплачиваемой в этом месте деятельностью;
- б) без занятия оплачиваемой в этом месте деятельностью;
- в) с целью поиска работы и устройства на постоянное место жительства.

### **7. Интенсив-тур представляет собой?**

- а) поощрительную поездку за счет фирмы для своих сотрудников;
- б) путешествие с целью лечения;
- в) путешествие с целью посещения ряда стран за одну неделю.

### **8. Виза – это?**

- а) официальный документ, удостоверяющий личность туриста;

- б) разновидность международного страхового полиса, позволяющая получать и оплачивать страховые услуги в любой стране мира;
- в) специальное разрешение иностранного правительства на въезд-выезд, проживание или транзитный проезд через территорию его государства

**9. В отличие от индивидуального, групповой тур?**

- а) предполагает одновременное присутствие в турпоездке не менее 9 человек;
- б) имеет стоимость не более 1000 долларов и длится не менее 5 дней;
- в) стандартный, не предполагает различия в уровне сервисного обслуживания туристов;
- г) предполагает аренду транспортного средства, а не приобретение проездных.

<b>№ вопроса</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
Вариант ответа	в	в	в	в	в	б	а	в	в

Оценивание знаний, умений, навыков осуществляется по трем уровням: высокий, средний, ниже среднего.

<i>Уровень</i>	<i>Критерии оценивания практических навыков</i>
Ниже среднего	Работа по образцу. Учащийся выполняет творческое задание по образцу, предложенному педагогом и под руководством педагога.
Средний	Работа по условию – выполнение практического задания, требующего творческой активности.
Высокий	Работа по собственному замыслу – самостоятельная постановка цели и задач и поиск способов ее решения.

**5. Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:**

- Спортивный зал.
- Туристическое снаряжение.
- Перекладина.

**Информационное обеспечение**

- Учебно-методические пособия (литература, раздаточный материал).
- Программное обеспечение курса (презентации по курсу).

**Минимально допустимый уровень квалификации руководителя кружка:**

Соответствие образования профилю программы	Высшее педагогическое
Профессиональная категория педагога	Без категории
Уровень соответствия квалификации	Образование педагога соответствует профилю программы

**Методическое обеспечение.** Во время теоретических занятий используются: различная литература, методические, компьютерные обучающие и развивающие программы; комплекты обучающих таблиц-плакатов; туристское снаряжение – веревка различной длины и толщины, туристические палатки с тентами и стойками, спусковое устройство, прусик, страховочная система, карабины, компасы рюкзаки и др.; медицинские приборы – бинты, вата, жгуты кровоостанавливающие резиновые, индивидуальные перевязочные пакеты, ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы, шинный материал и др.. Во время

подведения итогов по темам или разделам проводятся тесты, проверочные работы – карточки-задания по различным темам, игры, викторины, походы, соревнования.

### **Список литературы:**

1. Арефьев, В. Е. Теоретические основы туризма: учеб. пособие / В. Е. Арефьев; АлтГУ. - Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2014. - 298 с.
2. Буйленко В. Ф. Туризм; Феникс, Неоглори - Москва, 2011. - 416 с.
3. Верба И. А., Голицын С. М. Туризм в школе; Физкультура и спорт - Москва, 2010. - 160 с.
4. Ганопольский, В.И. Организация и подготовка спортивных туристских походов / В.И. Ганопольский. - М., 1986.
5. Квартальнов, В.А. Туризм: Учебник; М.: Финансы и статистика - , 2014. - 320 с.
6. Костюкова О.И. Основы туризма : [Учеб. пособие]; М-во общ. и проф. образования РФ. Дальневост. гос. акад. экономики и упр. - Владивосток : Изд-во Дальневост. гос. акад. экономики и упр., 1998. - 57 с.
7. Организация туризма: Учеб. пособие / А.П.Дурович, Н.И.Кабушкин, Т.М. Сергеева и др.; Под общ. ред. Н.И. Кабушкина и др. — Мн.: Новое знание, 2003. — 632 с.
8. Соловьева Т. А. Основы организации туристской деятельности. Хабаровск, 2004.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГРЯЗОВЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ "СИДОРОВСКАЯ ШКОЛА"**, Зимина Татьяна  
Александровна, Директор

21.08.24 16:00 (MSK)

Сертификат 97A58F4BF3D609BA3991045C067C707E