

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КАНСКА

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского и юношеского туризма и экскурсий»

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 7  
от 02.09.2019г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ ДО ДДЮТиЭ  
М.Г. Шушаков \_\_\_\_\_  
Приказ № 28 от 02.09.2019г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Краеведение».

Направленность: туристско-краеведческая.

Возраст обучающихся: 10-15 лет.

Срок реализации программы: 1 год (72 часа).

Уровень: ознакомительный.

Вид образовательной программы: адаптированная.

Автор программы:  
Панов А.В., педагог дополнительного  
образования.

г. Канск, 2019г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Краеведение» является модифицированной программой, имеет **туристско-краеведческую направленность**. Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися Российской Федерации», «Правилами организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ», Письмом Министерства образования РФ №15-Т от 30.08.96.

Ситуация со здоровьем детей и подростков приобрела в стране животрепещущий характер, о ней заговорили не только врачи, но и широкая общественность, средства массовой информации. Кроме того, в наше сложное время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо обучать детей и подростков приемам выживания в экстремальных условиях и умением выходить из сложных жизненных ситуаций.

Одним из реальных средств, не требующих больших финансовых затрат, является пешеходный туризм – самый массовый и самый доступный вид туризма, который, получил повсеместное распространение среди людей всех возрастов и профессий. Миллионы людей с рюкзаками за плечами прокладывают новые маршруты через горные перевалы, девственные леса, стремительные реки. Широкое распространение получили походы по местам революционной, трудовой и боевой славы нашего народа. Не менее увлекательны туристические походы по родному краю, изучая огромные его просторы, неисчислимы природные богатства, жизнь замечательных людей. Они сочетают в себе активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира. Туризм, как наиболее комплексный вид воспитания здорового и закаленного человека, учит коллективизму, дружбе, дисциплинированности, самостоятельности, инициативе, трудолюбию, взаимопомощи. Участие в походах воспитывает находчивость, мужество и умение выживать в сложных жизненных ситуациях. что ставят их в один ряд из наиболее эффективных средств духовно-патриотического воспитания подрастающего поколения.

В эпоху Просвещения (XVII век) Ж.-Ж. Руссо, Г. Либли и другие видели в путешествиях средство патриотического воспитания молодежи и укрепления ее здоровья, а их учение «Познание природы и стремление к выработке норм естественного поведения» способствовало развитию походов и экскурсий на природу среди школьников. Ж.-Ж. Руссо обосновал важность пешеходных путешествий для решения оздоровительных задач, развил теорию о значимости путешествий как неяркой составной части воспитания, раскрыл цели и задачи путешествий на природу и их взаимосвязь с другими средствами формирования личности.

Выдающийся педагог Я. А. Коменский завершением своей школьной системы считал обязательное участие в путешествии. Настоятельно рекомендовал взрослым детям экскурсии и походы «отец» русской физической культуры П. Ф.

Лесгафт. Педагогическую целесообразность туризма и краеведения впервые в России теоретически обосновал К. Д. Ушинский в своей учебной книге «Родное слово», подчеркнул важность пешеходных путешествий для решения оздоровительных задач, развил теорию о значимости путешествий как неременной составной части воспитания, раскрыл цели и задачи путешествий в природу и их взаимосвязь с другими средствами формирования личности.

Туризм, входящий в Единую спортивную классификацию Российской Федерации, дает возможность не только повышать спортивное мастерство в походах и путешествиях, но и развивать научно-исследовательскую деятельность обучающихся, участвовать в краевых (региональных) и всероссийских научно-исследовательских краеведческих конференциях и олимпиадах.

**Новизна программы** заключается в том, что она обеспечивает комплексное гармоничное развитие личности, т.е. органическое сочетание интеллектуального, духовного и физического совершенствования человека. Программа является личностно-ориентированной, т.е. ориентированной не столько на социальный заказ государства, сколько на потребности личности. Это предполагает признание педагогом приоритета развивающей личности перед другими задачами, а также реализацию педагогического принципа природосообразности. Суть его заключается в том, чтобы раскрыть врождённые качества каждого отдельного ребёнка, прежде всего его способности, что является основой индивидуализирующей педагогики, которая в свою очередь может обеспечить высокое качество образования, воспитания и развития. Личностно-ориентированная программа реализует право каждого учащегося на овладение знаниями, умениями и навыками в индивидуальном темпе и объёме. Сравнивается современный уровень развития и образования подростка только с его же предыдущим уровнем, а не с другими учащимися. Таким образом, всем детям представляется возможность обучения не зависимо от способностей и уровня общего развития.

**Актуальность программы** определяется наличием в ней преемственности и согласованности с предметными образовательными программами. Программа расширяет и углубляет базовые учебные знания по географии, биологии, экологии, истории, краеведению, математике, черчению, ОБЖ, литературе, физической культуре, музыке, а также усиливает межпредметные связи в содержании образования. Постепенное, заранее продуманное усложнение программного материала, опора на возрастные психофизиологические особенности и потребности ребёнка позволяют педагогу успешно развивать детский коллектив в системе «ближних и дальних перспектив» в условиях единства традиций и педагогических подходов. Расширяя и углубляя знания, умения и навыки воспитанников, постоянно поддерживается заинтересованность учащихся, их желание путешествовать, познавать новое, общаться, учиться и совершенствоваться.

Программа обладает ярко выраженной технологичностью. Прослеживается взаимосвязь между содержанием, знаниями, умениями, навыками и видами деятельности. Реализуется идея гармоничного развития личности, её творческих сил и способностей, воспитание потребности в самообразовании. Благодаря дополнительной образовательной программе по туристическому краеведению знания не только усваиваются, но и активно используются подростками для формирования образа жизни, стиля поведения, убеждений, отношения к окружающему миру, людям, себе. Воспитываются чувства патриотизма и любви к своему Отечеству, нравственные качества личности, трудолюбие, ответственность, целеустремлённость, упорство, дисциплинированность, чувство коллективизма, эмоционально-эстетическое восприятие природы, общая культура учащихся, формируются коммуникабельные навыки общения с людьми, вырабатываются руководящие организаторские способности. Туристическо-краеведческая деятельность учит главному – синтезу накопленных знаний для принятия ответственных и взвешенных решений, порой в экстремальных ситуациях.

**Адресат программы:** данная программа рассчитана на учащихся в возрасте 10 - 15 лет (4-9 классы). Формируются инклюзивные группы, принимаются как дети группы норма, так и с ОВЗ.

**Срок реализации дополнительной образовательной программы:** программа рассчитана на 1 год.

**Режим занятий:** время, отведенное на освоение программы составляет 72 часа, 2 часа в неделю.

**Основные формы деятельности:**

- организация экскурсий, походов;
- изучение литературных источников, материалов краеведческого музея, архивных документов по истории края;
- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию и пешеходному туристскому многоборью;
- соревнования, лагерные сборы;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия.

Успешное освоение материала программы во многом зависит от продуманного построения учебного процесса. Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Основное внимание уделяется техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного туризма, а также обеспечению безопасности, без которых нельзя организовать поход, исследовательскую экспедицию, провести занятия, тренировки.

Все занятия следует строить так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы. Большое значение имеют занятия, связанные с подготовкой снаряжения, его ремонтом и хранением, выполнение краеведческих заданий.

Занятия по топографии лучше всего проводить в занимательной, игровой форме (описание маршрута, топографический диктант, соревнование на скорость определения топографических знаков и т.д.). Особое место занимает обучение навыкам быстрого чтения карты. Можно использовать моделирование из Песка или пластилина рельефа, изображенного на карте.

Занятия по ориентированию необходимо проводить на местности, используя контрольные пункты (КП), изготовленные сначала при непосредственном участии руководителя, затем самостоятельно.

**Цель программы** - создание оптимальных условий для развития и самореализации обучающихся, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

**Основные задачи программы:**

*Обучающие:*

- обучение основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;

*Развивающие:*

- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие учащихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- расширение знаний об окружающем мире;
- укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

*Воспитательные:*

- воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;
- воспитание самообладания и силы воли;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- коррекция отклоняющегося поведения.

**Отличительные особенности данной образовательной программы.**

Программа имеет междисциплинарные связи и предусматривает различные виды творческой деятельности, учитывает возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности детей, предусматривает интеграцию с образовательными программами.

**Ожидаемые результаты:**

- овладение техникой и тактикой туризма,
- приобретение навыков ориентирования на местности,
- оказания первой доврачебной помощи;

- рост мастерства учащихся от элементарных навыков самообслуживания и организации туристского быта.

### Личностные, метапредметные и предметные результаты.

результаты	формируемые умения	средства формирования
личностные	<p>формировании у детей мотивации к обучению, о помощи им в самоорганизации и саморазвитии.</p> <p>развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического и творческого мышления.</p>	<p>организация на занятии</p> <p>работа в группе,</p> <p>работа в паре</p>
<b>Метапредметные результаты</b>		
регулятивные	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</li> <li>• планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане</li> </ul> <p>осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;</p>	<p>в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;</p> <p>преобразовывать практическую задачу в познавательную;</p> <p>проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве</p>
познавательные	<p>умения учиться: навыках решения творческих задач и навыках поиска, анализа и интерпретации информации.</p> <p>добывать необходимые знания и с их помощью проделывать конкретную работу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы;</li> </ul> <p>- основам смыслового чтения художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из текстов разных видов;</p> <p>осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;</p>	<p>осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>
коммуникативные	<p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>умение координировать свои усилия с усилиями других.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формулировать собственное мнение и позицию;</li> <li>• договариваться и приходить к общему</li> </ul>	<p>учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;</p> <p>понимать относительность</p>

	<p>решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; задавать вопросы;</p> <p>допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;</p> <p>учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>	<p>мнений и подходов к решению проблемы;</p> <p>аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</p> <p>продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;</p> <p>с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия</p>
--	--	--

### Предметные результаты

	<p>В результате освоения программы занятий внеурочной деятельности формируются следующие <b>предметные умения</b>, соответствующие требованиям федерального государственного образовательного стандарта общего образования:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— осознавать значимость краеведения для личного развития;</li> <li>— формировать потребность в систематическом поиске краеведческого материала;</li> <li>— уметь самостоятельно выбирать интересующую литературу;</li> <li>— пользоваться справочными источниками для понимания и получения дополнительной информации.</li> </ul> <p><b>☛Регулятивные умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— уметь работать с книгой, энциклопедией, пользуясь алгоритмом учебных действий;</li> <li>— уметь самостоятельно работать с новым понятием;</li> </ul>	
--	--	--

	<p>— уметь работать в парах и группах, участвовать в проектной деятельности, экскурсиях;</p> <p>— уметь определять свою роль в общей работе и оценивать свои результаты.</p> <p><b>·: Познавательные учебные умения:</b></p> <p>— прогнозировать результаты поиска;</p> <p>— отбирать нужные термины для проведения экскурсий, написание рассказов о втеранах войны и труда;</p> <p>— ориентироваться в музее (работа с книгой Памяти, с музейным фондом);</p> <p>— составлять описание краеведческой находкии его паспорта;</p> <p>— пользоваться словарями, справочниками, энциклопедиями.</p> <p>☺ <b>Коммуникативные учебные умения:</b></p> <p>— участвовать в беседе о собранном краеведческом материале, выражать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;</p> <p>— оценивать поведение экскурсовода во время ведения экскурсии, формировать свою этическую позицию;</p> <p>— высказывать своё суждение о проведенных беседах;</p> <p>— участвовать в конкурсах краеведов и музееведов;</p> <p>— соблюдать правила общения и поведения в школе, музее, библиотеке, дома и т. д.</p>	
--	--	--

### **Формы аттестации:**

- участие в походах,
- участие в муниципальном туристском слете обучающихся,
- участие в соревнованиях по спортивному туризму в зале,
- викторины,
- конкурсы.

### **Календарный учебный график.**

Продолжительность учебного года для объединения дополнительного образования составляет 34 учебных недель.

Учебный год начинается с 1 октября и заканчивается согласно календарно-тематическим планам дополнительной общеобразовательной программы

Продолжительность занятия – 45 минут.

Занятия с обучающимися могут проводиться в любой день недели, включая выходные и каникулы в учебном году (осенние, зимние, весенние).

Летние каникулы устанавливаются 13 недель (с 01.06. по 31.08.)



## Учебный план

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
<b>Тема 1. Туристические путешествия, история развития туризма</b>		<b>2 часа</b>	
1.	Туризм – средство познания своего края.		
2.	Туризм – средство познания физического и духовного развития, оздоровления.		
<b>Тема 2. Туристское снаряжение</b>		<b>12 часов</b>	
3.	Личное снаряжение.		
4.	Групповое снаряжение.		
5.	Снаряжение для зимних походов.		
6.	Укладка рюкзака.		
7.	Снаряжение для одно-трехдневного похода.		
8.	Ремонтный набор, аптечка.		
9.	Правила размещения предметов в рюкзаке.		
10.	Типы палаток, их назначение.		
11.	Уход за снаряжением.		
12.	Ремонтный набор.		
13.	Одежда и обувь для летних и зимних походов.		
14.	Подготовка личного снаряжения к походу.		
<b>Тема 3. Организация туристического быта. Привалы и ночлеги</b>		<b>8 часов</b>	
15.	Основные требования к месту привала и бивака.		
16.	Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых.		
17.	Типы костров.		
18.	Игры в пути и на привале.		
19.	Правила поведения в палатке.		
20.	Правила разведения костра.		
21.	Меры безопасности при обращении с огнем.		
22.	Туристская песня.		
<b>Тема 4. Питание в походе</b>		<b>8 часов</b>	
23.	Приготовление пищи на костре.		
24.	Питьевой режим на маршруте.		
25.	Составление меню.		
26.	Составление списка продуктов для 1 дневного похода.		
27.	Значение правильного питания в походе.		
28.	Хранение продуктов.		
29.	Открывание консервов.		
30.	Правильное питание.		
<b>Тема 5. Подготовка и организация путешествия</b>		<b>8 часов</b>	

31.	Подбор группы.		
32.	Определение цели и района похода.		
33.	Разработка маршрута.		
34.	Составление плана-графика движения.		
35.	Права и обязанности участников похода.		
36.	Должности в группе.		
37.	Должности в группе, постоянные и временные.		
38.	Подбор литературы и картографического материала.		
<b>Тема 6. Физическая подготовка туриста</b>		<b>4 часов</b>	
39.	Краткие сведения о строении и функциях организма.		
40.	Влияние физических упражнений на организм.		
41.	Значение физической подготовки для туриста.		
42.	Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.		
<b>Тема 7. Географическое положение, природные условия и ресурсы края</b>		<b>6 часов</b>	
43.	Рельеф и полезные ископаемые края.		
44.	Климат, озера, реки, болота края.		
45.	Растительный и животный мир края.		
46.	«Путешествия» по карте.		
47.	Посещение музеев.		
48.	Подготовка мини-докладов о природе родного края.		
<b>Тема 8. История и культура края</b>		<b>2 часа</b>	
49.	Краеведческие викторины, составление и решение кроссвордов.		
50.	Сведения о прошлом своего населенного пункта.		
<b>Тема 9. Туристические возможности края</b>		<b>2 часа</b>	
51.	Музеи края.		
52.	Наиболее интересные места походов и экскурсий.		
<b>Тема 10. Топографическая и спортивная карты</b>		<b>6 часов</b>	
53.	Условные знаки топографических карт.		
54.	Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.		
55.	Изучение форм рельефа на карте и на местности.		
56.	Спортивная карта, её значение, отличие от топографической карты.		
57.	Виды топографических карт.		
58.	Топографическая карта. Основные сведения.		
<b>Тема 11. Ориентирование</b>		<b>14 часов</b>	
59.	Компас, его устройство, правила обращения.		
60.	Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов.		
61.	Действия при потере ориентировки.		

62.	Подготовка к однодневному походу.		
63.	Однодневный поход.		
64.	Азимут, определение азимута.		
65.	Факторы, влияющие на точность движения по азимуту.		
66.	Ориентирование по местным предметам.		
67.	Приемы обхода препятствий.		
68.	Определение азимута по карте.		
69.	Движение через промежуточные ориентиры.		
70.	Определение азимута на ориентир.		
71.	Азимут, определение азимута.		
72.	Ориентирование по местным предметам.		
	<b>Итого:</b>	<b>72ч.</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА:

### 1. Основы туристской подготовки.

#### 1.1. Туристские путешествия, история развития туризма.

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России.

#### 1.2. Туристское снаряжение.

Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. 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. Ремонтный набор, аптечка.

Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака.

Бивак дневной и ночной, для дневок. Выбор места для привала и ночлега (бивака).

Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Свертывание лагеря. Уборка места лагеря. Противопожарные меры. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Игры в пути и на привале. Туристская песня. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

Развертывание лагеря, разжигание костра. Обучение пользованию снаряжением.

Игры в пути и на привале. Разучивание и исполнение туристских песен.

Питание в походе

Значение правильного питания в походе. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Составление меню и списка продуктов для 1 дневного похода. Приготовление пищи на костре.

Подготовка и организация путешествия

Права и обязанности участников похода. Подбор группы. Должности в группе постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Определение цели и района похода. Подбор литературы и картографического материала. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Маршрутный лист и маршрутная книжка.

Работа с краеведческой литературой. Подготовка и чтение докладов по географии, истории и культуре района путешествия при подготовке к походу.

Работа с собранным материалом.

Физическая подготовка туриста.

Краткие сведения о строении, функциях организма и влиянии физических упражнений на организм. Значение физической подготовки для туриста.

Физическая и морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале. Обучение плаванию.

## **2. Краеведение.**

### **2.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы края.**

Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, болота, растительный и животный мир края.

«Путешествия» по карте. Посещение музеев. Подготовка мини-докладов о природе родного края.

### **2.2. История и культура края.**

Сведения о прошлом своего населенного пункта. Памятники истории и культуры.

Краеведческие викторины, составление и решение кроссвордов. Творческие мастерские. Подготовка мини-докладов по истории, культуре родного края.

### **2.3. Туристские возможности края.**

Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи края. Особо охраняемые природные территории (ООПТ).

Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

## **3. Топография и ориентирование.**

### **3.1. Топографическая и спортивная карты.**

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы. Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте.

Упражнения на запоминание условных знаков.

### **3.2. Ориентирование.**

Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

#### **Материально-техническое обеспечение.**

Занятия проводятся в школьном спортивном зале, либо на открытом воздухе.

Перечень оборудования: Индивидуальные страховочные системы для каждого обучающегося. Карабины, зажимы (жумар, пнтин), веревки: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил), каски для каждого обучающегося, рюкзак, палатка.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

- 1) Алексеев АЛ. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
- 2) Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
- 3) Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М.: Проф-издат, 1985.
- 4) Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
- 5) Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- 6) Волович В.Г. Академия выживания. – М.: «Толк», «Технополус», 1996.
- 7) Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
- 8) Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТиК, 2003.