

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы» рп.Михайловка

Рассмотрено и принято:  
На заседании методического совета  
МКУ ДО «ЦВР» рп.Михайловка  
Протокол № 2  
От « 29 » сентября 2022 г.

Утверждаю:  
Директор МКУ ДО «ЦВР»  
рп.Михайловка  
Тараканова Т.В.  
Приказ № 7-09  
От « 03 » октября 2022 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Туризм»  
для детей 11 – 14 лет

Срок реализации программы 1 год  
Автор-составитель: педагог  
дополнительного образования  
Макарова Ирина Викторовна  
Уровень программы – стартовый

с.Алёхино, 2022 г.

## Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» туристско – краеведческой направленности разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р);
- Уставом МКУ ДО «ЦВР» р.п. Михайловка.

Дополнительная общеразвивающая программа **туристско – краеведческой направленности** «Юный турист» составлена с учётом опыта автора Корякина Л.В., «Туризм в школе».

Спортивный туризм способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического туристического мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Успешное продвижение занимающихся по образовательному спортивно-туристическому маршруту по предлагаемой программе предполагает активное взаимодействие в образовательно - воспитательном процессе педагога и воспитанника, родителей и педагогов.

Систематические занятия по программе способствует приобретению воспитанниками знаний: о физической культуре и спорте в своем крае; технике и тактике туристского многоборья, спортивных походах и путешествиях; ориентировании на местности; по оказанию первой доврачебной помощи, формированию здорового образа жизни, о культуре межличностного общения.

**Актуальность** общеразвивающей программы заключается в том, что она активизирует познавательную деятельность детей; позволяет реализовать эту деятельность в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны.

**Новизной и отличительной особенностью** данной программы является развитие физической и технической подготовленности, соблюдение постоянного режима, воспитание волевых качеств обучающихся. Это позволит детям проявлять их в трудовой, учебной, общественной и других видах деятельности; даст возможность в подростковом возрасте избежать влияния таких социальных явлений, как юношеский алкоголизм, наркомания, токсикомания и других.

**Цель:-** пропаганда туризма, как средства укрепления здоровья и привития стремления к здоровому образу жизни;

### **Задачи:**

- развитие познавательного интереса в ходе проведения различного рода занятий по спортивному туризму;

- приобретению определенных знаний, умений по тактике прохождения индивидуальных и командных маршрутов;
- использование специального снаряжения, облегчающего и ускоряющего передвижение, обеспечивающего безопасность и выполнение технических и тактических задач;
- формирование у учащихся общечеловеческих нравственных ценностных ориентаций, активной гражданской позиции, культуры общения и поведения;
- развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной программы - обучающиеся 11-15 лет. Заниматься в группе может каждый обучающийся, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям. Ни в коем случае не следует отказывать в приеме в кружок тем ребятам, которые в школе и дома не отличаются образцовой дисциплиной и послушанием. Хорошо известно, что труд и туризм, как никакое другое увлекательное для ребят дело, способны радикально ломать, перестраивать характеры.

**Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы «Турист»** составляет 1 год. Группа состоит из 12-15 человек.

**Форма проведения занятий:** групповая, малогрупповая. Занятия можно проводить с полным составом объединения, но по мере роста опыта занимающихся следует делать больший упор на групповые (2-3 человека) и индивидуальные занятия, особенно на том этапе обучения, когда начинается специализация.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик, преподаватель должен воспитывать в учащихся умения самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять правила соревнований. После обучения за рамками учебных часов проводится многодневное туристское мероприятие — поход, слет, соревнования, туристский лагерь, сборы и т.п.

**Прогнозируемые результаты:** в результате прохождения программного материала учащиеся должны

**Знать:**

- что такое туризм, понятие "карта" (физико-географическая, топографическая, туристская);
- условные знаки плана;
- виды туризма и особенности проведения походов.

**Уметь:**

- подбирать личное туристское снаряжение в зависимости от сезона года и погодных условий, выполнять правила хождения по равнинным участкам в лесу (хвойным, смешанным), по лугу и болоту, правильно оборудовать кострище, работать с планом и топографической картой;
- определять типичные виды растений и животных края по внешнему виду, определять стороны горизонта, состояние погоды с помощью растений и местных признаков;
- соблюдать правила личной гигиены, правила оказания первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях и ожогах в полевых условиях (в походе, на отдыхе в лесу и т.д.);
- правильно выбирать и собирать топливо для костра в разное время года, правильно брать питьевую воду и очищать ее в полевых условиях, в походе;
- утилизировать разные типы бытовых отходов, собирать и использовать лекарственные, плодово-ягодные растения, объяснять целесообразность своего поведения в конкретном природном окружении.

**Форма подведения итогов реализации программы** – учебно-тренировочный поход.

Механизм оценивания образовательных результатов:

- подготовительный - теоретические сведения, вязка узлов,
- изучение спортивных карт;
- творческие работы обучающихся;
- участие в соревнованиях различного уровня.

Но так как не все обучающиеся способны освоить материал программы в одинаковой степени, предполагается индивидуальный подход к практическим заданиям и оценке их выполнения

### Режим организации занятий.

Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Общее количество часов за год
1 час	2 раза	2 часа	72 часа

### Учебный план:

№ п/п	Тема занятия	Дата		
		всего	теория	практика
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
1.1	Организация и комплектование группы.	1	1	-
1.2.	Введение в образовательную программу.	1	1	-
<b>2</b>	<b>Организация и подготовка похода.</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
2.1.	История туризма и спортивного ориентирования как вида спорта.	1	1	-
2.2	Организация похода.	2	-	2
2.3	Питание в походе. Составление рациона.	2	-	2
2.4	Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	2	1	1
2.5	Сигналы бедствия	1	1	-
<b>3</b>	<b>Туристское снаряжение.</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
3.1	Снаряжение. Личное снаряжение.	2	1	1
3.2	Групповое снаряжение.	2		2
<b>4</b>	<b>Гигиена туриста и первая медицинская помощь.</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
4.1	Первая медицинская помощь.	2	1	1
4.2	Заболевания.	2	1	1
4.3	Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	1	1	-
<b>5</b>	<b>Туристский бивак.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
5.1	Устройство бивака.	2	1	1
5.2	Работа с палаткой.	1	-	1
5.3	Свёртывание лагеря.	2	-	2
5.4	Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра. Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	1	-	1
<b>6</b>	<b>План и карта.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
6.1	Топографические карты.	1	1	-
6.2	Спортивные карты.	1	1	-
6.3	Чтение карты	1	-	1
<b>7</b>	<b>Определение расстояний простейшими способами.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
7.1	Компас. Строение и работа с ним. Определение расстояний и работа с компасом.	1	1	-
7.2	Приёмы ориентирования карты по компасу.	2	-	2
<b>8</b>	<b>Краеведение.</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>7</b>
8.1	Краеведение. История Черемховского района, его культурное наследие.	4	2	2
8.2	Выполнение краеведческих заданий.	3		3
8.3	Рельеф местности.	1	1	

8.4	Географические особенности Иркутской области и Черемховского района.	2	1	1
8.5	Изображение рельефа местности на спортивных картах.	1	-	1
<b>9</b>	<b>Физическая подготовка.</b>	<b>30</b>	<b>1</b>	<b>29</b>
9.1	Узлы.	7	1	6
9.2	Физическая подготовка	9	-	9
9.3	Развитие выносливости.	3	-	3
9.4	Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	6		6
9.5	Учебные соревнования.	5		5
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>

### Содержание программы

**1. Вводное занятие.** Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

**2. Организация и подготовка похода.** Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

**3. Туристское снаряжение.** Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. *Личное снаряжение.* Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила использования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Как готовить личное снаряжение к походу. *Групповое снаряжение.* Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска

палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

**4. Гигиена туриста.** Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

**5. Туристский бивак.** Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролон. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака.

Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

**6. План и карта.** Виды и свойства карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Определение термина «ориентирование». Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде

**7. Определение расстояний простейшими способами.** Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальнометры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Топографическая съёмка местности. Чтение карты. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время. Практические занятия. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

**8. Краеведение.** История Черемховского района. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности Черемховского района и его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф и климат Черемховского района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами атласа Иркутской области. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

**9. Физическая подготовка.** Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их назначение. Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.

## Календарный учебный график

№ п/п	Раздел /месяц	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	Итого по разделам
1	Вводное занятие.	2									2
2	Организация и подготовка похода	7	1								8
3	Туристское снаряжение.		4								4
4	Гигиена туриста и первая медицинская помощь.		4	1							5
5	Туристский бивак.			6							6
6	План и карта.			2	1					1	3
7	Определение расстояний простейшими способами				3						3
8	Краеведение.				3	8					11
9	Физическая подготовка.						9	8	6	7	30
110	Промежуточная, Итоговая аттестация			промежуточная							итоговая
<b>Итого:</b>		<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>72</b>

### Методическое обеспечение программы:

#### Материально-техническое оборудование:

Компьютер, принтер, мультимедийная установка, экран, фотоаппаратура, наглядные пособия, манекен «Гоша», туристское снаряжение: рюкзаки-15 шт., палатки летние и зимние, коврики туристические-15 шт., спальные мешки – 15 шт., костровое, походная мебель, топор, пила веревочная, компас- 15 шт., веревка -200 метров, карабин -75 шт., кроль-15 шт., жумар -15 шт, рапид-15 шт, спусковое устройство -15 шт, трек -15 шт., карабин – автомат -15 шт., реп-шнур -30 шт., грудная обвязка -15 шт., поясная обвязка – 15 шт., каска – 15 шт., фонарь налобный – 30 шт., зарядное устройство -1 шт, аккумуляторы - 8 шт., система страховочная -2 шт., ус – 30 шт., педаль -15 шт., противооткидыватель -15 шт., пантин – 15 шт., бахилы – 15 пар.

#### Дидактический материал:

- наборы демонстрационных таблиц;
- наборы иллюстраций;
- наборы раздаточных карточек;
- фото-источники.

Контрольно-измерительный материал к программе представлен на бумажных и электронных носителях.

## Список литературы

### Нормативные документы

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273 от 273-ФЗ. Глава 10. Дополнительное образование.
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г № 196.
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14 утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва)
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р г. Москва)
- Методические рекомендации (Порядок) по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в МКУ ДО «Центр внешкольной работы» р.п. Михайловка.

1. М.И.Гоголева Основы медицинских знаний «Просвещение» Москва 1991г.
2. А.Н.Иванов Ориентирование и следопытство «Армпресс» Москва 2002г.
3. А.А. Коструб. Медицинский справочник туриста. М. «Профиздат», 1986г .
4. А.М.Куприн. С картой и компасом. Москва,1981г.
5. Методические рекомендации в помощь руководителям туристских кружков и секций: г. Киров, 1985г..
7. Питание в туристическом путешествии. Москва: «Профиздат», 1986г.
8. Топографическая карта Кировской области: г. Москва, 1989г.
9. В.А. Уваров. В поход пешком. Москва, 1989 г
10. В.А.Шкенеv. Спортивно-прикладной туризм «Учитель» Волгоград 2009г.

### Интернет-ресурсы:

Смирнова Л.Л. Дидактические материалы (электронное пособие) “Готовимся к турслету”  
[http://www.turcentrf.ru/stran/metod\\_razrab.htm](http://www.turcentrf.ru/stran/metod_razrab.htm)

Ориентирование на местности (способы ориентирования по положению солнца, по звездам, по снежному покрову, по расположению растений и др.)  
[http://revolution.allbest.ru/sport/00153421\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/sport/00153421_0.html)

Статья “Как правильно пользоваться компасом при спортивном ориентировании” <http://www.karabin.su/kak-polzovatsya-kompasom/>

Презентация “Ориентирование на местности” <http://present.griban.ru/file/21-orientirovanie-na-mestnosti.html>

Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др. “Основы техники пешеходного и горного туризма” [http://tourlib.net/books\\_tourism/ganopolsky07.htm](http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm)

Основы туризма <http://bank.59209.edusite.ru/p50aa1.html>

ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися.  
[http://belvirtclub.narod.ru/det\\_tur/instr\\_01.htm](http://belvirtclub.narod.ru/det_tur/instr_01.htm)