

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент общего образования Томской области

Департамент образования администрации Города Томска

МАОУ гимназии №13

РАСМОТРЕННО

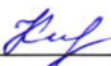
СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель МО

Руководитель МНС

Директор гимназии







Киребко А.Г.

Лобастова М.П.

Яблуновская Л.В.

Протокол № 4 от «19»03. 2025 г.

Протокол № от «19»03.2025 г.

Приказ №108-О от «19»03. 2025г.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности  
„Память“

Срок реализации 1 год

Программа рассчитана на детей 11-14 лет

Составитель: Богатрицкая И.В.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа дополнительного образования программа «Память» разработана с учётом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с учетом изменений, внесенных Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р (с изменениями и дополнениями);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 с учетом изменений (Постановление Главного государственного Санврача от 30.08.2024 № 10 "О внесении изменения в санитарные правила СП 2.4.3648-20);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление правительства РФ от 5 августа 2013г. №662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»;
- Письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 07.12.2024 №3610-р о реализации «Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации до 2030 года и дальнейшую перспективу»;
- Устав МАОУ гимназия №13 г. Томска.

Данная программа разработана для учащихся 5-ых классов. В процессе реализации программы у обучающихся формируется потребность в ведении здорового образа жизни, в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают знания о преимуществах ведения образа жизни исключающего вредные привычки, формируется привычка заниматься физическим

трудом. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Содержание программы также связано с военной историей России, историей Великой Отечественной войны, отражением этих событий в культуре нашей страны. В теоретические этапы программы обязательно включается краеведческий материал. Программа реализуется в рамках учебного года и состоит из нескольких этапов. Кроме того, в рамках программы проводится курс «Основы Школы выживания», строевая подготовка (в рамках обучения Роты Почётного караула), различные тематические акции и проекты.

Патриотическое воспитание молодежи всегда имеет большое значение. В умы и души подрастающего поколения необходимо заложить чувство гордости за свое Отечество, причастности к его истории, к делам предшествующих поколений. Но воспитание патриотизма неизменно связано с изучением истории малой родины, особенно тех периодов ее развития, которые являются определенными историческими вехами.

Безусловно, все вышеперечисленное изучается и воспитывается на уроках истории, литературы и т.п. Но количества академических занятий, программного учебного материала явно недостаточно. Поэтому углубить свои знания обучающиеся могут на занятиях военно-патриотической программы «Память» путем исследовательской работы, самостоятельного изучения определенных периодов, участия в мероприятиях, проводимых учебным заведением, городскими и районными организациями.

**Направленность программы:** физкультурно – спортивная.

**Цель программы:**

Развитие у школьников гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование умения и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности, дисциплинированности.

**Задачи:**

1. Формировать у подрастающего поколения гордости за свою Родину, ее народ, историю и ратную славу, изучение и развитие интереса к героическим страницам истории Отечества.
2. Дать возможность получить знаний в области военной службы и гражданской обороны.
3. Пропагандировать главные ценности в системе духовно-нравственного воспитания.
4. Формировать стремление к здоровому образу жизни.

**Формы организации деятельности:** групповая; индивидуальная.

- соревнования спортивные,
- трудовые десанты, субботники по благоустройству памятников и обелисков героям Великой Отечественной войны,
- уроки мужества, «Вахты памяти»,
- встречи с ветеранами Вооруженных Сил, совместные военно-спортивные праздники военнослужащих и членов ВСПК
- лекции, диспуты, вечера общения и т.д.

**Режим занятий:**

Программа рассчитана на 1 год обучения – 4 часа в неделю, в год-136 ч.

**I. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ  
ПРОГРАММЫ «ПАМЯТЬ»**

| №<br>п/п | Раздел                                                                     | Количество часов: |           |           |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------|-----------|
|          |                                                                            | всего             | теория    | практика  |
| 1        | <b>История вооруженных сил России</b>                                      | <b>16</b>         | <b>12</b> | <b>4</b>  |
| 1.1      | Виды вооруженных сил.                                                      | 1                 | 1         | -         |
| 1.2      | Символы воинской чести.<br>Государственная символика.                      | 1                 | 1         | -         |
| 1.3      | Герои Томичи                                                               | 8                 | 6         | 2         |
| 1.4      | Военные профессии                                                          | 6                 | 4         | 2         |
| 2        | <b>Строевая подготовка</b>                                                 | <b>28</b>         | <b>2</b>  | <b>26</b> |
| 2.1      | Строй и его элементы                                                       | 6                 | 2         | 4         |
| 2.2      | Строевая стойка и выполнение команд                                        | 10                | -         | 10        |
| 2.3      | Повороты на месте и в движении                                             | 8                 | -         | 8         |
| 2.4      | Строевые примы. Воинское<br>приветствие                                    | 8                 | -         | 8         |
| 3        | <b>Основы медицинских знаний</b>                                           | <b>11</b>         | <b>3</b>  | <b>8</b>  |
| 3.1      | Принципы оказания первой<br>медицинской помощи в чрезвычайных<br>ситуациях | 1                 | 1         | -         |

|     |                                                                                          |            |           |            |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|------------|
| 3.2 | Ранения и кровотечения                                                                   | 5          | 1         | 4          |
| 3.3 | Травмы опорно-двигательного аппарата                                                     | 5          | 1         | 4          |
| 4   | <b>Виды вооружений</b>                                                                   | <b>9</b>   | <b>4</b>  | <b>5</b>   |
| 4.1 | История оружия.                                                                          | 1          | 1         | -          |
| 4.2 | Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.                                   | 2          | 2         | -          |
| 4.3 | Автомат Калашникова. АКМ-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики. | 6          | 1         | 5          |
| 5   | <b>Прикладная физическая подготовка</b>                                                  | <b>40</b>  | <b>3</b>  | <b>37</b>  |
| 5.1 | Гимнастика                                                                               | 10         | 1         | 9          |
| 5.2 | Акробатика                                                                               | 10         | 2         | 8          |
| 5.3 | Игры с мячом                                                                             | 10         | -         | 10         |
| 5.4 | Кроссовая подготовка                                                                     | 10         | -         | 10         |
| 6   | <b>Основы выживания в сложных условиях</b>                                               | <b>32</b>  | <b>7</b>  | <b>25</b>  |
| 6.1 | Основы ориентирования на местности                                                       | 1          | 1         | -          |
| 6.2 | Организация привалов и ночлегов                                                          | 2          | 1         | 1          |
| 6.3 | Организация питания в полевых условиях                                                   | 1          | 1         | -          |
| 6.4 | Костровое хозяйство. Меры безопасности.                                                  | 5          | 1         | 4          |
| 6.5 | Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоёмы                                      | 8          | 1         | 7          |
| 6.6 | Ориентирование на местности.                                                             | 7          | 2         | 5          |
| 6.7 | Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий            | 8          | -         | 8          |
|     | <b>Итого:</b>                                                                            | <b>136</b> | <b>31</b> | <b>105</b> |

**II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ**

## **ПРОГРАММЫ «ПАМЯТЬ»**

**Вводное занятие.** Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях.

### **Раздел 1. История вооруженных сил России**

**Тема 1.1. Виды вооруженных сил.** Воинская слава России. Армия и флот России XX века. Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

**Тема 1.2. Символы воинской чести.** Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов. Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

**Тема 1.3. Герои Томичи.** П.Н. Ефремов, И.С. Черных, Ф.М.. Зинченко, М.В. Октябрьская. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

**Тема 1.4. Воинские профессии.** Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

### **Раздел 2. Строевая подготовка**

**Тема 2.1. Строй и его элементы.** Элементы. Виды. Управление строем. Обязанности перед построением и в строю.

**Тема 2.2. Строевая стойка и выполнение команд.** Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»

**Тема 2.3. Повороты на месте и в движении.** Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!». Строевой шаг. Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три.

**Тема 2.4. Воинская честь. Строевые приемы.** Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний**

**Тема 3.1. Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях.** Осмотр места происшествия. Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти.

**Тема 3.2. Ранения и кровотечения.** Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

**Тема 3.3. Травмы опорно-двигательного аппарата.** Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

#### **Раздел 4. Виды вооружений**

**Тема 4.1. История оружия от древних времен до современности.** Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности. Оружие массового поражения.

**Тема 4.2. Виды вооружения Российской армии.** Холодное, огнестрельное, метательное.

**Тема 5.3. Автомат Калашникова. АКМ-74.** Устройство, назначение, тактико-технические характеристики.

#### **Раздел 5. Прикладная физическая подготовка**

**Тема 5.1. Практические занятия.** Значение занятий акробатикой, гимнастикой и атлетикой. Ловкость, гибкость, сила и силовая выносливость, устойчивость к укачиванию и перегрузкам, пространственная ориентация, прикладные двигательные навыки как основные качества, формирующие физически развитого человека. Воспитание смелости и решительности, совершенствование осанки, строевой выправки и подтянутости.

**Тема 5.2 Практические занятия.** Комбинированные силовые упражнения на перекладине, комплексные силовые упражнения, подтягивание и подъем переворотом на перекладине. Элементы акробатики.

**Тема 5.3. Практические занятия.** Баскетбол. Волейбол. Футбол.

**Тема 5.4. Практические занятия.** Передвижение по пересечённой местности в пешем порядке и на лыжах (кроссовый бег, марш-броски, лыжные гонки и др.).

#### **Раздел 6. Основы выживания в сложных условиях**

**Тема 6.1. Основы ориентирования на местности.** Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

**Тема 6.2. Привалы и ночлеги.** Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях. Охрана природы в месте ночлегов.

**Тема 6.3. Организация питания в полевых условиях.** Питание войск в полевых условиях. Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

**Тема 6.4 Костровое хозяйство. Меры безопасности.** Типы костров. Место для костра. Разжигание костра. Безопасность.

**Тема 6.5. Виды узлов. Способы переправы.** Виды узлов. Узлы для связывания верёвок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов верёвок. Специальные узлы.

**Тема 6.6. Ориентирование на местности.** Определение азимута.

**Тема 6.7. Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий.** Техника прохождения различных препятствий: переправа по бревну, переправа по параллельным верёвкам, навесная переправа, «маятник», «бабочка».

### **III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ПАМЯТЬ»**

#### **Личностные результаты:**

- формирование российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- формирование у учащегося активной гражданской позиции как ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- воспитание готовности к служению Отечеству, его защите;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- воспитание толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

#### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:



самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

### **Система оценки результатов**

Реализация программы дополнительного образования «Память» предусматривает безотметочную систему оценивания. Оценивание эффективности проводимых занятий происходит в рамках конкурсов, фестивалей, городских и школьных мероприятий. Промежуточная аттестация проводится не реже одного раза в год в конце года обучения. Результаты промежуточной аттестации служат основанием для перевода обучающегося на следующий год обучения.

|                          |                                                                                                                              |                                                                                                                        |                                                                                                          |                                                                           |                                                                    |                |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|
| Ф.И.<br>обучающего<br>ся | Старт<br>програм<br>мы<br>«Держав<br>а<br>армией<br>крепка!<br>»<br>(конкур<br>сно –<br>познава<br>тельная<br>програм<br>ма) | 1-й цикл<br>занятий<br>«Волшеб<br>ные<br>узелки».<br>2-й цикл<br>занятий<br>«Волшеб<br>ные<br>узелки»<br>по<br>графику | Военизиро<br>ванная<br>игра на<br>местности<br>«Если<br>дружба<br>велика,<br>будет<br>Родина<br>крепка». | «Споёмте,<br>друзья»<br>(караоке -<br>конкурс<br>песен<br>военных<br>лет) | Конкурсно<br>– игровые<br>программы<br>«Отчизны<br>верные<br>сыны» | Смотр<br>строя |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

#### **IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

##### **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ (КАДРОВЫЕ) УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ПАМЯТЬ»**

Педагогическая деятельность по реализации данной дополнительной общеобразовательной программы осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Образовательная организация вправе привлекать к реализации данной дополнительной общеобразовательной программы лиц, получающих высшее или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» в случае рекомендации аттестационной комиссии и соблюдения требований, предусмотренных квалификационными справочниками.

##### **РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

###### **Список литературы для педагога**

1. Аверин, А.И. и др. Начальная военная подготовка А.И.Аверин, И.Ф. Выдрин, Н.К.Ендовицкий.-М.: просвещение,1987.-256 с.
2. Агапова, И.А. Патриотическое воспитание в школе И.А.Агапова. — М.: Айрис-пресс, 2002. – 150 с.
3. Вырщиков, А.Н. Патриотическое воспитание: методологический аспект А.Н.Вырщиков. — Волгоград, 2001.- 200 с.
4. Глыжко, Л.И. Военно-патриотическое воспитание молодежи (опыт работы центра доп. образования Л.И.Глыжко, С.А. Пищулин// Внешкольник. — 2002. — С.11-12.
5. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2006-2010 годы» – М., 2005.
6. Зеленин, А.А.и др. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных игр, конкурсов и соревнований А.А.Зеленин,С.И.Мешкова, А.В.Мешков. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004.-163с.

7. Иванова, И. Больше, чем игра...: «Зарница»: вчера, сегодня, завтра И. Иванова // Военные знания. — 2003. — №2. — С.32-33.
8. Кульков, Ю.В. Военно-патриотический клуб «Патриот» Ю.В.Кульков// Физическая культура в школе. — 2003. — №1. — С.52-54.
9. Лысогор, Н.А. и др. Питание в туристском походе Н.А.Лысогор, Л.А.Толстой, В.В.Толстая. — М.: Пищевая промышленность, 1980. — 96 с.
10. Мазыкина, Н.В. Инновационные подходы в патриотическом воспитании и гражданском становлении личности Н.В.Мазыкина // Внешкольник . -2002. — №5. — С.5-8.
11. Рожков, С. Воспитываем патриотов: Патриотическое воспитание в школе С.Рожков // Педагогический вестник. — 2003. — №12.- С.7
12. Салихова, Р. Воспитание гражданина Р.Салихова, Г.Ахметжанова // Воспитание школьников: Теоретический и научно-методический журнал. — 2003 . — №1. — С.2-8.
13. Федоровская, Г. О критериях оценок при проведении соревнований военно-патриотической направленности Г.Федоровская // Воспитание школьников. — 2002. — №10. — С.25-29.

#### **Список литературы для обучающихся**

1. Штюрмер, Ю.А. Карманный справочник туриста Ю.А.Штюрмер.- М.:профиздат,1982.-224с.
2. Бонингтон, К. В поисках приключений/ К.Бонингтон. — М.: Прогресс, 1987.- 400 с.
3. Волович, В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды В.Г.Волович. — М.: Мысль, 1990. — 205 с.
4. Гражданственность, патриотизм, культура межнационального общения — российский путь развития- Воспитание школьников.-2002.-№7.-С.8-10.
5. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста [Текст]/ А.А.Коструб. — М.:Профиздат, 1986. — 180 с.
6. Крайнева, И.Н. Узлы И.Н.Крайнева. — СПб.: Кристалл,1997. -237 с.
7. Первая помощь под общей редакцией Ф.Е.Вартаняна.- М.: Российское общество Красного Креста, 1997.- 215 с.
8. Роцин, А.Н. Ориентирование на местности А.Н.Роцин. — Высшая школа, 1982. — 98 с.
9. Сафонов, В.И. 10 писем Робинзону В.И.Сафонов.- М.: Физкультура и спорт,1983. — 78 с.

10. Штюрмер, Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые Ю.А.Штюрмер.  
— М.: Физкультура и спорт, 1983. – 87 с.
11. Энциклопедия туриста под ред. Е.И.Тамма. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1983. – 605 с.