МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»

«Рассмотрено»
Протокол №1 от 27.08.2018 г.
заседания методического совета

«Утверждено»
Приказ № 293-о от 30.09.2018 г.
Директор МБУ ДО ЦВР
И.В. Семенов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

«РЮКЗАЧОК»

Возраст воспитанников - 5-7 лет

Срок реализации программы – 2 года

Направленность – туристко-краеведческая

Составитель:

педагог дополнительного образования

Абдрахманова Зульфия Минекановна

Салехард, 2018

Пояснительная записка

Ситуация со здоровьем детей приобрела в стране настолько животрепещущий характер, что о ней заговорили не только врачи, но и широкая общественность, средства массовой информации. Кроме того, в настоящее время многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо обучать детей приемам выживания в экстремальных условиях.

Таким образом, туристско-краеведческая деятельность – одно из эффективных средств формирования полноценной развитой личности.

Туристско-краеведческая деятельность предусматривает экскурсии и прогулки за пределы детского сада, физические упражнения, которые можно проводить с детьми с 5 лет, а также элементы самовыживания: медицину, ориентирование в лесу, умение узнавать растения, животных, которые могут встретиться, умение оценивать погодные условия, способы утепления и укрытия при неблагоприятных условиях. Как известно, дети старшего дошкольного возраста отличаются довольно высокой степенью самостоятельности и организованности, что является непременным условием организации более продолжительной и сложной по содержанию и методике проведения двигательной деятельности в природе. Речь идет о ***дошкольном туризме,*** который решает помимо воспитательно-образовательных, оздоровительные задачи, способствует освоению ими простейших туристских умений и навыков.

Туристская прогулка – форма организации туристской деятельности, предполагающая кратковременное пребывание в природных условиях и овладение некоторыми туристскими навыками, и является вполне приемлемой формой организации деятельности детей в дошкольном образовательном учреждении. На туристских прогулках дети приобщаются к удивительному миру природы.

Туристско-краеведческая деятельность включает в себя ряд ***компонентов:*** физкультурно-оздоровительный, социально-коммуникативный, эмоционально-психологический, эстетический и познавательный.

Прежде всего, туристские прогулки оказывают ни с чем не сравнимый ***оздоровительный эффект,*** получаемый в результате разнообразной двигательной активности, а также комплексного воздействия на организм природных факторов: солнца, воздуха, воды. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений (ходьбы, ходьбы на лыжах, бега и т.д.) способствует совершенствованию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость. Именно это качество в сочетании с закаливанием обеспечит формирование механизмов эффективной защиты от сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний.

Туристические прогулки как средство оздоровления характеризуются общедоступностью и рекомендованы практически каждому ребенку при отсутствии у него серьёзных патологий.

Доказано, что детям дошкольного возраста вполне доступно *овладение простейшими туристскими умениями и навыками,* которые значительно обогащают их двигательную деятельность и закладывают основу для более серьёзных занятий туризмом в школьном возрасте.

Обязательной составной частью туристской прогулки является ***работа по ознакомлению детей с историей родного края.*** В процессе восприятия различных предметов, явлений общественной жизни ребенок получает богатый чувственный опыт, который необходим для развития его мышления и речи.

Особенности программы.

Когда приходит ребенок на занятия по туризму в 4 года это, в первую очередь, желание родителей. Оно возникает по разным причинам. Но педагогу не всегда важна причина или

желание родителей, важно, чтобы ребенку было интересно и увлекательно, что бы тренировочные занятия были не в тягость и не казались наказанием, потому что так решили родители.

В первый год обучения закладывается база, которую в последствии, педагог, и будет развивать.

Условно 1 год обучения можно разграничить на 3 не равных периода:

1период – основная задача- «Увлечь».

Занятия в этот период должны быть наиболее разнообразны и интересны по своему содержанию. Физическая нагрузка должна идти по нарастающей, и к концу второго месяца приблизиться к 5-10 минутам.

2 период «Часть необходимого объема»

Период, где ребенок занимается спортивным туризмом не потому – что это «захотели родители», а потому что этот новый вид деятельности ему нравиться. Задача педагога состоит в том, чтобы получить от ребенка наибольшую отдачу при выполнении физических нагрузок. По продолжительности это самый большой период, занимает он около 5 месяцев. В нем ребенок нарабатывает необходимый объем и выдерживает физическую нагрузку от 10 до 15 минут.

3 период - является «Окончательный».

Он занимает 2 – 2,5 месяца после, которого обычно ребенок может выдержать нагрузку до 20 минут.

Реализация программы осуществляется на трех уровнях:

I уровень – ознакомительный;

II уровень – познавательно-развивающий;

III уровень – творческий.

Поэтапное освоение программы предусматривает постоянное движение от простого к сложному, тесное взаимодействие изучаемого материала по годам обучения, разумное сочетание теории и практики.

Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа

В системе мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей важное место, принадлежит туристско-краеведческой деятельности. Туристско-краеведческая деятельность дает возможность комплексно решать воспитательные, оздоровительные задачи, развивая ребенка в целом: интеллектуально, морально, физически, духовно. Занятия проводятся на свежем воздухе, дают определенную физическую нагрузку, оказывают содействие физическому развитию ребенка, закаляют организм, учат ориентироваться, приучают к самообслуживанию, развивают наблюдательность, формируют моральные качества: как личностные, так и коллективные - содействуют трудовому, экологическому, эстетическому воспитанию, вооружают детей новыми знаниями. Основными формами туристско-краеведческой деятельности дошкольников являются тематическая прогулка, экскурсия, слет.

Важно четко дозировать физические нагрузки дошкольников, т.к. в силу возраста им недоступны даже однодневные загородные прогулки. В старшей группе продолжительность прогулки 25-30 минут, в подготовительной группе рекомендуется проводить прогулки продолжительностью 30-35 минут в один конец. Основная форма познания окружающего мира – наблюдение, а подведение итогов каждого путешествия включает в себя устный рассказ и различные творческие работы: рисунки, аппликации, лепка, конструирование. Такая организация позволяет дошкольникам активно включаться в процесс туристско-краеведческой деятельности.

Ставить целью: «Высокие достижения спортсменов в дошкольном возрасте» - просто не реально. В этом возрасте ребенок не способен нести высокие физические нагрузки на свой организм. Да и организм не готов к этому. В 5-7лет период интенсивного развития самого ребенка как физиологического, так и психического. Поэтому задача у педагога стоит такая:

создание условий для содействия спортивно-физкультурному развитию ребенка с учетом его индивидуальных способностей и формирования устойчивого интереса к занятиям физкультурой или спортом.

Само слово «содействие» говорит о не насильственном вмешательстве педагога в процесс развития ребенка, о его помощи в развитии этого процесса. Ставить ребенка в жесткие рамки тоже не имеет смысла. На этом периоде 5-7 лет тренировочный процесс в основном должен проходить в форме игры, причем цель игр в конечном итоге соответствует цели конкретно поставленной одной тренировки. Лишь в таких условиях можно получить желаемого результата.

Возраст обучающихся:

В рамках данной программы планируется обучение детей младшего и старшего дошкольного возраста 5-7 лет. Программа рассчитана на 2 года обучения.

Прием, в группу осуществляется исходя из физических возможностей детей, с согласия родителей, желания самих детей, отнесённые к основной медицинской группе и прошедших медицинский осмотр. Состав учебной группы– 12 - 15 человек.

Режим занятий: Программа рассчитана на 140 учебных часов, периодичность занятий 2 раза в неделю, включая теоретические и практические занятия, (в помещении и на местности) по 25-30 минут. Режим работы в течение года не одинаков: зимой в пасмурные дни преобладают теоретические занятия, весной и осенью – практические. Часть работы выполняется детьми как домашнее задание (укладка рюкзаков, составление плана, печатание фотографии, закрепление способов крепежа, творческие работы и т.д.).

Краткое описание основных способов и форм работы с детьми.

Индивидуальные - занятия необходимы для дифференцированного подхода к каждому ребенку (отдаренный ребенок, ребенок требующий усиленного внимания по разным причинам);

Групповые – необходимы для формирования таких личностных качеств как: коллективизм, чувство товарищества, ответственность

Практические - необходимы для применения теоретических знания на практике.

Теоретические – для развития общего кругозора.

Вся учебно-тренировочная работа в учебной группе строится с учетом теоретических занятий в помещении и практических занятий в спортивном зале или во дворе.

Особое внимание следует уделять безопасности проводимых занятий. Организация пунктов страховки осуществляется педагогом (тренером).

Цели: Создать условия для социальной адаптации, самореализации, творческого развития и оздоровления детей через занятия спортивно-туристической деятельности

Задачи:

Образовательные:

-формирование познавательного интереса к туристско-краеведческой деятельности;

-обогащение знаний детей о природе родного края;

-формирование умений и навыков безопасного поведения в лесу, применение их на практике;

Воспитательные:

-формирование нравственного и бережного отношения к окружающей природе, к родному краю;

-формирование толерантного отношения к людям, которые окружают;

-сформировать устойчивый интерес к здоровому образу жизни;

Развивающие:

-развитие выносливости, готовности детей к спортивным походам;

-развитие целеустремленности, упорства в достижении цели, трудолюбия через различные виды деятельности;

Данная программа отличается от остальных тем, что в содержательной основе программы значительно преобладает двигательная деятельность, основу которой составляет система взаимосвязанных между собой экскурсий, прогулок, а также физкультурных и познавательных занятий с максимальным использованием социального и природного окружения. Туристические прогулки имеют ни с чем не сравнимый **оздоровительный эффект**, Доказано, что продолжительное выполнение умеренной нагрузки в виде циклических упражнений способствует совершенствованию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость. Именно это качество в сочетании с закаливанием обеспечивает формирование механизмов эффективной защиты от сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний.

Туризм как средство оздоровления характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребёнку при отсутствии у него серьёзных патологий.

В природных условиях представляется великолепная возможность обогатить двигательный опыт детей. Пеньки, канавки, деревья, ручьи, брёвнышки, а также природный материал (шишки, камешки, палки и др.) стимулируют двигательную активность детей. Многократно, без устали и снижения интереса выполняя разнообразные двигательные действия в естественных условиях (лес, парк, луг, поле, берег озера), малыш проявляет творчество, мышечную раскрепощённость. Во время движения у детей совершенствуются навыки ходьбы по пересечённой местности.

Исследования подтверждают **положительную динамику показателей основных видов движений и спортивных упражнений** в ходе походов. Значимые изменения происходят в совершенствовании ни только выносливости, а также силы, быстроты, координационных способностей.

Содержание программы направлено на организацию туристско-краеведческой деятельности в детском саду, включает следующие направления:
«Природа Ямала»,
«Туризм и туристы»,
«Спортивное ориентирование»,
«Основы безопасности»,
«Медицина для туриста»
«Туристские прогулки (походы)».
«Дети и творчество»

Главные принципы организации деятельности:
– всестороннего и гармоничного развития личности;
– связь физической культуры с жизнью;
– гуманитарного краеведения.

Пути реализации программы:
Ведущим способом организации является игра: игра-тренировка, игра-соревнование, игра-путешествие.

Формы работы: тематические физкультурные занятия, игры, экскурсии, туристические походы.

Ожидаемые результаты:
Ожидаемые результаты: - повышение физической подготовленности детей - увеличение уровня знаний об окружающем мире - расширение объема знаний в области туризма. Два раза в год проводится психолого-педагогическая диагностика физической подготовленности, нравственно-волевых качеств, знаний в области туризма и правил поведения в природе. Итоговое мероприятие организуется один раз в год в форме слета для оценки результатов овладения дошкольниками пройденного материала.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
2 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1	**Специальная туристская подготовка**	**8**	**4**	**4**
1.1	Туристские должности в группе	2	2	-
1.2	Правила передвижения и походной жизни.	2	1	1
1.3	Естественные препятствия. Специальное снаряжение для преодоления препятствий.	6	2	4
2	**Основы безопасности и выживания**	**20**	**10**	**10**
	Возможные опасности в походе	4	2	2
	Пищевые отравления. Ожоги. Обморожения.	4	2	2
	Порезы и раны. Нагноения.	4	2	2
	Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы	4	2	2
	Приёмы транспортировки пострадавшего	4	2	2
3	**Профилактика заболеваний. Общая физическая подготовка.**	**24**	**1**	**23**
	Закаливание	2	1	1
	Физические упражнения-как способ укрепления здоровья	22	-	22
4	**Узлы, применяемые в туризме.**	**10**	**2**	**8**
	Виды узлов и способы их завязки	10	2	8
5	**Организация туристского похода**	**10**	**4**	**6**
	Требования к походам	4	2	2
	Последовательность подготовки к походу	6	2	4
	Итого	**72**	**21**	**51**

Календарно-тематический план (2 год обучения)

№ п/п	Дата занятия	Корректировка даты	Количество часов по расписанию	Раздел, тема	Содержание занятия	Время на изучение	
						Теория	Практика
1.			2	Специальная туристская подготовка. Туристские должности в группе	Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет)	2	
2.			2	Специальная туристская подготовка. Правила передвижения и походной жизни.	Порядок построения группы. Строй как элемент организованности и фактор безопасности. Обязанности направляющего и замыкающего. Распорядок дня. Режим движения. Практическое занятие. Отработка порядка построения группы; режим движения и отдыха, темп движения. Как организованно движение по улице. Практическая работа. Экскурсия по улице. Ролевая игра «Мы – пассажиры».	1	1
3.			2	Специальная туристская подготовка. Естественные препятствия. Специальное снаряжение для преодоления препятствий.	Теоретическое занятие. Понятие об искусственных и естественных препятствиях. Способы преодоления. Виды снаряжения для преодоления препятствий	2	
4.			2	Специальная туристская подготовка. Естественные препятствия. Специальное снаряжение для преодоления препятствий.	Практическое занятие. Преодоление естественных препятствий. Отработка техники движения по дорогам, тропам, бревнам, валунам, скалам		2
5.			2	Специальная туристская подготовка. Естественные препятствия.	Отработка техники движения по пересеченной местности. Преодоление спуска и подъёма. Движение по заболоченным участкам, по лесу. Преодоление завалов, зарослей, кустарников. Преодоление водных препятствий. Способы страховки.		2
6.			2	Специальная туристская подготовка. Возможные опасности в походе	Природные опасности: рельеф, реки, ураганы, грозы, метели. Ядовитые грибы, растения, насекомые, змеи, хищные звери. Опасности, связанные с действиями человека.	2	
7.			2	Основы безопасности выживания. Возможные опасности в походе	Профилактика несчастных случаев – сбор информации о районе похода. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице		2

8.			2	Основы безопасности выживания. Пищевые отравления. Ожоги. Обморожения.	Профилактика отравлений и желудочно-кишечных заболеваний. Подбор, хранение продуктов.	2	
9.			2	Основы безопасности выживания. Пищевые отравления. Ожоги. Обморожения.	Оказание первой доврачебной помощи при отравлениях, ожогах, отморожениях, тепловых и солнечных ударах. Способы обеззараживания воды.		2
10.			2	Основы безопасности выживания. Порезы и раны. Нагноения.	*Теоретическое занятие.* Профилактика отравлений и желудочно-кишечных заболеваний. Подбор, хранение продуктов.	2	
11.			2	Основы безопасности выживания. Порезы и раны. Нагноения.	Оказание первой доврачебной помощи при отравлениях, ожогах, отморожениях, тепловых и солнечных ударах. Способы обеззараживания воды.		2
12.			2	Основы безопасности выживания. Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы	Признаки ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Правила оказания первой доврачебной помощи. Порядок наложения шин из подручных средств.	2	
13.			2	Основы безопасности выживания. Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы	Оказания первой доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах и переломов; признаки данных травм. Наложение шин из подручных материалов.		2
14.			2	Основы безопасности выживания. Приёмы транспортировки пострадавшего	Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния, количества оказывающих помощь. Способы транспортировки.	2	
15.			2	Основы безопасности выживания. Приёмы транспортировки пострадавшего	Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего		2
16.			2	Профилактика заболеваний. ОФП. Закаливание	Теоретическое занятие. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Закаливание воздухом, солнцем, водой	2	
17.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
18.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
19.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
20.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
21.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
22.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2

23.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
24.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
25.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
26.			2	Профилактика заболеваний. ОФП	Комплекс физических упражнений		2
27.			2	Узлы, применяемые в туризме. Виды узлов и способы их завязки	Виды узлов. Деление узлов на группы по назначению: Узлы для связывания веревок одинакового диаметра (прямой, рифовый, встречный, ткацкий). Узлы для связывания веревок различного диаметра (академический, шкотовый, брамшкотовый).	2	
28.			2	Узлы, применяемые в туризме. Виды узлов и способы их завязки	Практическое занятие Отработка навыков вязки узлов.		2
29.			2	Виды узлов и способы их завязки	Отработка навыков вязки узлов.		2
30.			2	Узлы, применяемые в туризме. Виды узлов и способы их завязки	Практическое занятие Отработка навыков вязки узлов.		2
31.			2	Узлы, применяемые в туризме. Виды узлов и способы их завязки	Отработка навыков вязки узлов.		2
32.			2	Организация туристского похода. Требования к походам.	Требования к походам. Классификация походов по степеням сложности. Нормативные требования на значки «Юный турист» и «Турист России». Разрядные требования в соревнованиях по спортивным походам.	2	
33.			2	Организация туристского похода. Требования к походам.	Комплектование группы. Организация группы (собрание, распределение обязанностей, составление планов, подготовка похода). Изучение района похода (изучение литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут). Выбор и разработка маршрута движения. Составление плана-графика движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Меню. Оформление маршрутной документации. Закупка продуктов. Расфасовка и распределение	2	
34.			2	Последовательность подготовки к походу	Комплектование группы. Организация группы (собрание, распределение обязанностей, составление планов, подготовка похода).	2	
35.			2	Последовательность подготовки к походу	Деловая игра «Идем в поход» Составление плана подготовки к походу. Выбор и разработка маршрута		2
36.			2	Последовательность подготовки к походу	Деловая игра «Идем в поход» Составление плана подготовки к походу. Выбор и разработка маршрута		2
ИТОГО:			**72**			**21**	**51**

Методическое обеспечение программы:

Программа «Рюкзачок» позволяет использовать такие ***принципы педагогической деятельности***, как:

-взаимная ответственность педагогов и воспитанников (по И.П. Иванову);

-учет возрастных и индивидуальных особенностей и потребностей ребенка;

- наличие перспективных линий (по А.С. Макаренко);

-единство требований, обеспечение определенного уровня туристско-краеведческой деятельности на протяжении обучения;

-цикличность (по методике Остапца-Свешникова А.А.).

Получение воспитанниками знаний проходит как в форме активного диалога, объяснения и обсуждения теоретического и наглядного материалов, так и в практической форме (практическая работа в помещении и в полевых условиях).

Обучающиеся смогут опробовать и закрепить полученные знания, умения и навыки на различных соревнованиях.

Для реализации поставленных в программе задач и достижения цели используется комплекс методов обучения и воспитания, соответствующих уровню подготовленности детей дошкольного возраста и обеспечивающих условия для развития личности детей.

*Формы и методы работы***.**

1. Занятия-беседы проводятся с целью формирования у детей элементарных представлений о туризме, а также природоведческих знаний. Здесь дети знакомятся с видами туризма, правилами туристов, с туристским снаряжением, с простейшими топографическими знаками, узнают о животных и растениях родного края, знакомятся с Красной книгой Ямала. В беседах используется различный иллюстративный материал.
2. Экскурсии проводятся с целью расширения представлений о природе родного края.
3. Практические занятия направлены на овладение детьми туристскими навыками и умениями: дети учатся правильно одеваться для похода, укладывать рюкзак, ориентироваться на листе бумаги, в групповой комнате, на территории детского сада, знакомятся с планом и компасом, получают элементарные представления об оказании первой помощи при повреждениях и травмах, учатся определять погоду по народным приметам. Практические занятия обычно проводятся в игровой форме. Игры-упражнения и игры-соревнования в этом случае – лучшая форма обучения и закрепления туристских навыков.
4. Прогулки-походы – небольшие прогулки по определенному маршруту, в процессе которых у детей закрепляются знания, полученные в беседах и на занятиях по ориентированию.
5. Туристские прогулки – продолжительные прогулки на природу с соблюдением туристской атрибутики, но без организации горячего питания и ночевки.
6. Туристские слеты – праздники на природе с соблюдением элементов туристской атрибутики, имеющие развлекательную и соревновательную программу.

Туристско-краеведческая деятельность тесно связана с другими видами деятельности детей, в том числе, с физкультурно-оздоровительной работой.

Центральное место во всей туристско-краеведческой деятельности занимает туристская прогулка (поход). Недаром туристы говорят, что в каждый поход они идут трижды – когда готовятся к походу, во время похода, и, когда вспоминают о нем. Все это в полной мере справедливо и для начинающих туристов. Подготовительный этап обычно включает в себя мероприятия, направленные на общую подготовку детей (развитие кругозора, познавательных процессов, становление у детей элементарных туристских навыков и умений)

и подготовку их к конкретной туристской прогулке (психологический настрой, подготовка снаряжения, ознакомление с маршрутом на карте и т.д.). После проведения туристской прогулки особенно запоминающимся является обсуждение ее результатов, свободный обмен впечатлениями и подведение итогов.

При подведении итогов туристской прогулки дошкольники мысленно переживают прогулку еще раз. С методической точки зрения наиболее разумным является закрепление полученных впечатлений на занятиях рисования, лепки. С гораздо большим интересом ребята относятся и к занятиям по развитию речи, если тема связана с прошедшим походом. Рисунки детей могут использоваться как иллюстрации к рассказам о походе.

Литература

1. Алешин В.М. Туристская топография. – М., Профиздат, 2005
2. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 2012
3. Берман М.Е. Юный турист. М., Физкультура и спорт, 2007
4. Жукова О.Г., Трушнина Г.И., Федорова Е.Г. Азбука «Ау!»: Методическое пособие. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008
5. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. – М., 2006
6. Гранильников Ю.В. Семейный туризм. М., Профиздат, 2013
7. Завьялова Т.П. Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. –2001.-№2
8. Уланова Л.И. Туристско-краеведческая деятельность с детьми дошкольного возраста, г.Йошкар-Ола, 2004
9. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. – М., 2003
10. Рощин А.Н. Учись ориентироваться на местности. Киев, Радяньская школа, 2012
11. Сафрошина В. Ориентирование в пространстве и в жизни // Обруч. –2010. - № 4
12. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Кн. Для воспитателя детского сада. – М., 2001
13. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. М., Профиздат, 2005.