

МБОУ СОШ № 63

г Ульяновск

ПРОЕКТ  
ЛЕТНЕГО-ПРОФИЛЬНОГО ЛАГЕРЯ  
«СИМБИРЯНЕ»

Составила:

Учитель физической культуры

Первой квалификационной категории

Зубакина Мария Анатольевна

Ульяновск

2019г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организация летнего отдыха детей и подростков, создание условий для полноценного развития подрастающего поколения - одно из приоритетных направлений государственной молодежной политики. Право детей на отдых неоспоримо, и государство стремиться всесторонне поддержать систему детского отдыха и оздоровления, что нашло своё отражение в Федеральных целевых и региональных программах, направленных на улучшение положения детей и подростков. Вместе с тем, наряду с созданием экономической базы организации летнего отдыха, немаловажной составляющей остаётся процесс воспитания детей.

Лето. Радостная пора для всех людей. И в тоже время – время тревог и забот. Каким же образом организовать отдых себе и своим детям? Система туристских полевых лагерей достаточно традиционная, и далеко не забытая форма проведения летнего времени. Профильные полевые туристские лагеря в России имеют большую историю, и возвращение к этой форме туристско-краеведческой деятельности в последние годы вполне оправданно. Решение задач организации жизни подростков в оздоровительных лагерях регламентируют «Конвенция о правах ребенка» (1989г.), «Всемирная декларация об обеспеченности выживания, защиты и развития детей» (1990г.). Идеи выживания, укрепления здоровья, образования рассматриваются в единстве и составляют основу концепции летнего отдыха детей и подростков. В чем же состоит актуальность организации полевых спортивно-туристских полевых лагерей сегодня?

Лагерь дает возможность собрать в естественных условиях группу людей, объединенных одним видом деятельности. Провести учебные, тренировочные занятия не в помещении, теоретически, а на местности, практически. Собрать воедино большой педагогический коллектив инструкторов, тренеров, руководителей групп для организации разноплановых занятий. Дать подросткам выжить относительно самостоятельно, развить чувство коллективизма, навыки самообслуживания в быту. Привить подрастающему поколению любовь к природе, воспитать у них чувство гражданственности, патриотизма и любви к своей Родине.

Туристский лагерь позволяет получить максимальный образовательно-оздоровительный эффект без значительных физических эмоциональных перегрузок. Осваивая элементы ориентирования, навыки туристского быта, жизни в коллективе, краеведческую деятельность и т.д., подросток получает базовое образование, единое для всех видов туризма. Это очень важно в работе с подростками, только начинающими приобщаться к азам туризма и краеведению. На базе качественной обще-туристической подготовки ребенок более сознательно подходит в дальнейшем к выбору видовой туристской специализации.

Есть еще одна причина необходимости широкого распространения полевых туристских лагерей в настоящее время. Полевые лагеря не требуют значительных затрат (таких как, содержание зданий, сооружений обслуживание инфраструктуры, большого штата сотрудников и т.п.). Поэтому пребывание в лагерях такого типа в 5, а то и в 10 раз дешевле, чем в стационарных лагерях отдыха. Туристский лагерь, расположенный в пределах родного края, экономичен для государства и для семьи, что немаловажно при современных сложностях в финансировании. Относительно доступное расположение лагеря позволяет избежать большей части естественных родительских страхов за жизнь и здоровье подростка. Новичкам это облегчает получение согласия родителей. А успешное проведение лагеря становится основанием для участия других, более сложных походах.

Актуальным остается возможность вывезти подростков и молодежь из экологически не благоприятных городских условий в относительно чистую природную среду. Ко всему прочему в число участников лагеря могут быть включены даже такие дети, которые по своим физическим возможностям не смогли бы принять участие в сложных туристских походах и соревнованиях. Полевые спортивно-туристские лагеря до сих пор остаются одной из эффективной формой (если не самой лучшей) обучения любому виду туризма. Возможности подобных лагерей не ограничиваются только работой с новичками. Они позволяют успешно отрабатывать элементы сложной туристской техники с более опытными спортсменами.

Организованный отдых одновременно выполняет оздоровительную, спортивную, образовательную, культурологическую, коммуникативную функции, в нём гармонично сочетаются духовно-эстетические, рационально-познавательные, идейно-нравственные начала. Проводя лето в лагере, ребёнок познаёт жизнь самым непосредственным образом. Месяц в лагере иногда равен году жизни ребёнка: приходя в школу, он становится дисциплинированнее, серьезнее. И наша задача, если не сформировать, то заложить в ребёнке основы здоровой нравственности.

Ежегодно около сотни воспитанников МБОУ СОШ г.Ульяновска, окунаются в максимум экстрима, позитива и контактного общения со сверстниками. Программа «Симбиряне» - создана для организации активного отдыха детей в летних полевых лагерях с разнообразием направлений и форм организации.

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

**Цель программы:** создание системы интересного, разнообразного по форме и содержанию отдыха и оздоровление детей в условиях полевого лагеря.

**Задачи:**

- ❖ Привлечение ребят к активному участию в спортивных мероприятиях в рамках программы и организация полноценного отдыха и оздоровления детей;
- ❖ закрепить и расширить знания и умения по основным направлениям (туризм, краеведение, спортивное ориентирование);
- ❖ обучение основам туризма, ориентирования, выживания на местности;
- ❖ продолжать развивать навыки исследовательской деятельности, знакомить детей с историческим прошлым Ульяновской области;
- ❖ организация режима дня, в соответствии с возрастными особенностями;
- ❖ развивать творческие и коммуникативные способности учащихся с помощью создания благоприятной эмоциональной атмосферы в лагере;
- ❖ воспитание нравственных и волевых качеств.

## Содержание программы

В программу «Россияне» входит палаточный лагерь, организованный МБОУ СОШ №63 г.Ульяновска, в полевых условиях, в период с 07-19 июля 2019года. По своей продолжительности программа является краткосрочной и реализуется за лето 2019г.

❖ 07-16 июля лагерь «Симбиряне»- начальник лагеря Зубакина М.А.

По профилю лагерь является оздоровительным с элементами туризма, ориентирования и краеведения. Лагерь комплектуется из числа учащихся одной или нескольких школ, учреждений дополнительного образования, на основании заявлений одного из родителя или лица его замещающего при условии отсутствия у детей медицинских противопоказаний. Все участники проживают на территории Ульяновской области.

Общее количество участников – 10 человек

❖ кадровый состав: 2 человека

❖ МБОУ СОШ:

1 категория- 1чел;

Высшая категория- 1чел.

❖ участники: 10 человек

### Подготовительный этап:

- разработка программы летних профильных палаточных лагерей с 10-дневным пребыванием детей;
- создание материальной методической базы для реализации программы;
- обучение педагогического состава;
- оповещение обучающихся объединений дополнительного образования в школе.
- о проведении лагеря;

### Организационный этап:

- заезд;
- открытие смены;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря, игровое знакомство участников лагеря;
- проведение инструктажа по технике безопасности с участниками проекта;

### Основной этап:

- реализация основных принципов и задач профильной смены;

- включение подростков в различные виды коллективно-творческой деятельности;
- проведение спортивно-массовых мероприятий;
- проведение исследовательских работ;

#### **Итоговый этап:**

- анализ качественных изменений, произошедших с участниками смены;
- внесение предложений по дальнейшему развитию программы лагеря.

#### **Аналитический этап:**

- итоговый сбор сотрудников лагеря;
- выработка перспектив развития программы;
- подготовка материалов для предоставления отчетов по всем лагерям.

### **Механизм реализации программы**

#### **План-график**

<b>№ п/п</b>	<b>Деятельность</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Подготовка материально- технического обеспечения (инвентарь, продукты питания, проезд, проживание).	Начальник
2.	Сбор и оформление документации.	Начальник
3.	Общий сбор участников по вопросам подготовке и проведению экспедиции.	Начальник
4.	Подготовка материала к учебным занятиям.	Воспитатель инструктор
5.	Отъезд на место проведения лагеря	Начальник

6.	Проведение инструктажа на месте по ТБ. Обустройство территории экспедиции.	Начальник
7.	Проведение учебных занятий	Инструктор-воспитатель
5.	Поход-экскурсия в лес	Начальник
6.	Проведение соревнований: Ориентирование на местности Тур. Полоса препятствий Маршрут выживания	Инструктор-воспитатель
7.	Экологические рейды по сбору мусора.	Инструктор-воспитатель
8.	Закрытие экспедиции, сбор, отъезд.	Начальник
9.	Подготовка творческого отчета.	Начальник

#### План-сетка

1 день	2 день
<p>Заезд. Проведение инструктажа по ТБ.</p> <p>Благоустройство</p> <p>Проведение вечера посвященному Юрию Визбору.</p>	<p>Цель:</p> <p>-разучивание технических приемов спортивного туризма и ориентирования.</p> <p>Задача:</p> <p>Проведение занятий по туристскому многоборью (спуск и подъем по склону, переправа через овраг, реку).</p> <p>Проведение занятий сп. ориентированию (заданное</p>

	направление).
<p style="text-align: center;">3 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка технических приемов сп. туризма и сп. ориентирования.</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение занятий по туристскому многоборью (переправы через овраг по веревкам и реку по бревну).</p> <p>Проведение занятий по сп. ориентированию (маркировка, азимут, легенда).</p>	<p style="text-align: center;">4 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оработка технических приемов сп. Туризма и сп. ориентирования;</li> <li>- Знакомство с окружающей средой.</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение занятий по туристскому многоборью (преодоление болота, спуск и подъем по склону, траверс склона).</p> <p>Прогулка в лес.</p>
<p style="text-align: center;">5 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка технических приемов сп. туризма и сп. ориентирования;</li> <li>- воспитание молодежи.</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение занятий по туристскому многоборью (переправы через овраг по веревкам и реку по бревну).</p> <p>Проведение занятий по сп. ориентированию (маркировка, азимут, легенда).</p>	<p style="text-align: center;">6 день</p> <p style="text-align: center;"><b>ДЕНЬ РАЗВЛЕЧЕНИЙ.</b></p> <p style="text-align: center;">Конкурс: « Кто лучше» Цель: Совершенствование полученных знаний и умений.</p>
<p style="text-align: center;">7 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Отработка технических приемов по сп. туризму;</li> <li>Знакомство с окружающей средой</li> </ul> <p>Задача:</p>	<p style="text-align: center;">8 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проверка полученных знаний и умений по спортивному туризму;</li> <li>- Знакомство с окружающей средой</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение учебных соревнований,</p>



<p>Проведение занятий по туристскому многоборью (подъем со страховкой, траверс);</p> <p>Прогулка в лес</p>	<p>анализ по результатам.;</p> <p>Организация похода-экскурсии в лес.</p>
<p style="text-align: center;">9 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проверка полученных знаний и умений по сп.туризму.</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение учебных соревнований, анализ по результатам.</p>	<p style="text-align: center;">10 день</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка технических приемов сп. туризма и сп. ориентирования;</li> <li>- воспитание молодежи.</li> <li>- подведение итогов.</li> </ul> <p>Задача:</p> <p>Проведение занятий по туристскому многоборью (переправы через овраг по веревкам и реку по бревну). Проведение занятий по спорт. ориентированию. Обсуждение выполнения программы и проведенных соревнований.</p> <p>Подготовка к отъезду (сбор экспедиции, уборка территории).</p>

### Режим дня

7.30 -	Подъем. Гигиенические процедуры.
7.30 - 8.00 -	Зарядка.
8.00 - 8.30 -	Завтрак.
9.00 - 12.00 -	Учебные занятия.
12.00 - 13.00 -	Свободное время
13.00 -	Обед.
13.30 - 16.00 -	Учебные занятия.
16.00 -	Полдник.
16.30 -	Спортивные игры по интересам (Футбол, волейбол и.д.)
20.00 -	Ужин.

20.30 - 21.45	Хозяйственные работы (заготовка дров, уборка территории). Общий сбор у костра для подведения итогов дня и досуга.
21.45-22.00 -	Подготовка ко сну.
22-00 -	Отбой.

### **Принципы реализации программы**

Программа представляет сочетание разнообразных инновационных и уже апробированных методик по детскому туризму, элементов психологического тренинга, коллективно-творческих игр, практических занятий, дискуссий, исследовательских работ по краеведению туристско-спортивных соревнований и туристических эстафет.

Программа лагерей составляется по принципу закрепление пройденного материала в течение всего учебного года, в объединениях дополнительного образования по туризму, спортивному ориентированию, краеведению. Занятия на совершенствования техники туризма и спортивного ориентирования, проведения исследований по краеведению, участие в областном туристском слёте и соревнованиях по спортивному ориентированию.

**Характер программы:** туристско-спортивная, краеведческий, досуговая, развивающая.

### **Образовательный блок**

Обучающие занятия дают участникам смены необходимый теоретический материал для успешной работы в органах детского самоуправления. Занятия проводятся до обеда. По два занятия продолжительностью 40 минут.

**Темы занятий объединены по следующим направлениям:**

1. Школа юного туриста-краеведа:

- обучение туристическому быту, видам выживания в природных условиях;
- изучение окружающей флоры и фауны;
- изучение истории родного края;
- экологическое воспитание.

2. Рождение Лидера:

- искусство публичных выступлений – психологические основы, приемы и практика;
- методика организации коллективно-творческих дел;
- теория и практика работы в коллективе;
- стили руководства;
- нормативно-правовые документы детского актива и детского движения
- разнообразие детских общественных объединений и тенденции их развития.

3. Игра – дело серьезное:

- методика проведения игр;

- ведение мероприятий и конкурсов;
  - уроки развития речи.
4. Через музыку к сердцу:
- гитара как самый демократический инструмент;
  - история движения авторской песни;
  - аккомпанемент песен под гитару, простейшие сведения из музыкальной теории.

### **Оздоровительно - досуговый блок**

Основополагающими идеями в работе с детьми в летнем палаточном лагере является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу летнего профильного палаточного туристско-спортивного лагеря включены следующие мероприятия:

- утренняя гимнастика;
- ежедневные закаливающие процедуры (утренняя пробежка);
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток);
- организация купания; организация ежедневных и пешеходных экскурсий;
- организация здорового питания детей с использованием даров природы (клубника, земляника, лекарственные травы);
- постоянное пребывание на свежем воздухе в удаленном от предприятий районе;
- физический труд в рамках самообслуживания (заготовка дров, помощь на кухне, обустройство родника и т.д.);
- организация спортивно-массовых мероприятий (пионербол, футбол, волейбол, обучение плаванию, техника пешеходного туризма, все виды спортивного ориентирования).

### **Общественно-полезная работа:**

В программу введены мероприятия, целью которых являются воспитание доброты и порядочности, нравственных качеств, воспитание в детях любви к Родине, умения понимать и ценить природу, уважать труд других людей.

- уборка территории лагеря;
- санитарная очистка леса;
- очистка водоохраной территории;
- оборудование кострищ на местах отдыха людей;
- изготовление инвентаря из пластиковых бутылок;
- уборка территории перед отъездом.

### **Работа по созданию коллектива:**

- открытие смены лагеря;
- работа органа самоуправления лагеря;
- проведение отрядных и общелагерных мероприятий;
- закрытие смены, прощальный костер.

### **Психологическая работа**

Для повышения воспитательного эффекта программы и развития коммуникативных способностей внутри отрядов проводятся:

- коммуникативные игры;
- тренинги;
- дискуссии;
- встречи у костра.

### **Досуговые мероприятия:**

- Вечер знакомств;
- Мероприятие «Начни с себя»;
- Давайте споем;
- Интеллектуальная игра «Люби и знай свой край родной»;
- Игры, используемые в неблагоприятных погодных условиях;
- Игра «Звездный час»;
- Мероприятие «Избушка Бабы-Яги».

### **Спортивно-туристические мероприятия:**

- Техника пешеходного туризма «Полоса препятствий» ;
- Водный туризм
- Спортивно-туристическая эстафета «Юные туристы»;
- Соревнования по спортивному ориентированию;
- Однодневный поход.

## **КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Подбор кадров лагеря осуществляется из квалифицированных сотрудников МБОУ СОШ № 63 и утверждается приказом по образовательному учреждению и Управлением образования Мэрии г. Ульяновска. Весь персонал допускается к работе в лагере только после прохождения медицинского осмотра и инструктажа по охране жизни и здоровья детей.

Начальник лагеря, и воспитатель-инструктор по туризму, несут персональную ответственность за охрану жизни и здоровья детей.

На штатные должности в лагерь принимаются ПДО имеющие соответствующую квалификацию и опыт работы в туристском направлении.

Оздоровление и развитие детей в значительной степени зависит от знаний, умений и подготовленности к работе тех взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря.

В реализации программы участвуют опытные педагоги МБОУ СОШ № 63:

Педагогический коллектив является одним из самых главных слагаемых успеха любого лагеря.

#### **Должностные обязанности начальника лагеря.**

Начальник палаточного лагеря назначается приказом директора МБОУ СОШ № 63

Начальник палаточного лагеря:

- планирует, организует и контролирует образовательный процесс, отвечает за качество и эффективность работы палаточного лагеря;

- утверждает программу профильной смены;

- оформляет необходимые документы на открытие и функционирование лагеря;

- обеспечивает материально-техническое оснащение лагеря, руководит установкой и снятием лагеря;

- несет ответственность за жизнь и здоровье детей и работников во время работы палаточного лагеря, соблюдение норма охраны труда и техники безопасности;

- осуществляет расстановку кадров, распределение должностных обязанностей;

- распоряжается имуществом палаточного лагеря и обеспечивает рациональное использование финансовых средств;

- несет ответственность за свою деятельность перед администрацией МБОУ СОШ № 63

- ведет документацию.

#### **Должностные обязанности медицинского работника.**

- систематически наблюдает за состоянием здоровья детей;

- проводит ежедневно амбулаторный прием с целью оказания медицинской помощи заболевшим; активно выявляет заболевших детей, своевременно их изолирует; при возникновении несчастных случаев оказывает первую медицинскую помощь и осуществляет транспортировку в ближайший стационар;

- осуществляет контроль за организацией питания детей; качеством поступающих продуктов, условиями их хранения, соблюдения сроков реализации, технологией приготовления, качеством готовой пищи, санитарным состоянием пищеблока, мытьём посуды;

- осуществляет систематический контроль за санитарным состоянием в палаточном лагере, за соблюдением правил личной гигиены детьми и персоналом;

- принимает активное участие в организации здоровья, физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

- осуществляет медицинский контроль:

- за организацией физического воспитания детей, за состоянием и содержанием мест занятий физической культурой;

– наблюдает за правильным проведением мероприятий по физической культуре в зависимости от пола и состояния здоровья детей;

– осуществляет систематический контроль за проведением оздоровительных мероприятий, в том числе закаливающих процедур — воздушные и солнечные ванны и др.;

– участвует в подготовке туристских походов, прогулок, экскурсий (осмотр детей, ознакомление с маршрутом, местами отдыха, проверка одежды, обуви, наличия головных уборов, санитарной сумки), проводит беседы о режиме в походе;

#### **Должностные обязанности инструктора- воспитателя.**

– осуществляют физкультурно-оздоровительную работу в лагере, согласуется с врачом и предусматривает следующие мероприятия: утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут на открытом воздухе: закаливание и другие процедуры; общелагерные и отрядные прогулки, экскурсии и походы; спортивные соревнования и праздники;

– следят за соблюдением режима дня, правил безопасного поведения, правил пожарной безопасности;

– обеспечивает подготовку и проведение туристско-спортивных мероприятий;

– отвечает за жизнь и здоровье детей во время купания;

– несет ответственность за жизнь и здоровье детей во время пребывания в лагере.

#### **Должностные обязанности пресс-центра.**

– готовят и выпускают стенгазеты о жизни лагеря;

– проводят видео- и фотосъемки мероприятий;

– оформляют сцену для массовых мероприятий;

– освещают жизнь лагеря.

#### **Должностные обязанности заведующего хозяйством.**

– несет ответственность за материально-техническую базу лагеря;

– выдает и принимает инвентарь;

– обеспечение продуктами питания;

– обеспечивает своевременное выполнение хозяйственных режимных моментов.

#### **Должностные обязанности повара.**

– обеспечивает своевременное и качественное приготовление пищи для детей и сотрудников лагеря;

– несет материальную ответственность за кухонный инвентарь;

– организует мытье посуды.

### **Материально-техническое и финансовое обеспечение**

Для реализации программы «Лето- это наша жизнь» используются технические возможности станции детского и юношеского туризма и экскурсий: Палатки-10шт, спальники- 15шт, туристские коврики- 15шт, рюкзаки- 15шт, комплект котлов, набор кострового снаряжения. Так же

используются бюджетные средства Министерства образования Ульяновской области: питание участников, медикаменты, хозяйственные товары, канцелярские товары (призовой фонд). Привлеченные средства: проезд детей до лагеря.

### Научно-методическое обеспечение

- использование развивающих программ, их методическое обеспечение;
- подбор творческих активных кадров, готовых к адекватному восприятию целей лагеря;
- подбор средств, методов и форм работы с детьми.

Программа реализуется по дням. Каждый день имеет свою тему, преследуя конкретные цели и задачи.

Табл. 1. Циклограмма социально-психологического мониторинга

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Опрос родителей на выявление пожеланий по организации деятельности детского лагеря.	май	начальник лагеря
2.	Анкетирование детей в организационный период с целью выявления их интересов, мотивов пребывания в лагере.	1 неделя июня	психолог
3.	Ежедневное отслеживание настроения детей, удовлетворенности проведенными мероприятиями.	В течение смены	Инструктор-воспитатель, начальник лагеря
4.	Анкетирование детей в конце смены, позволяющее выявить оправдание ожиданий.	конец июня	Инструктор-воспитатель
5.	Мониторинг адаптации детей к условиям лагеря.	В течение смены	Инструктор-воспитатель

**Разработан механизм обратной связи.** Учащиеся ведут ежедневные записи в специально подготовленных блокнотах, которые позволяют судить о развитии интересов и эмоциональном состоянии детей. В конце дня подростки заполняют свои блокноты, фиксируя позитив и негатив за день, предложения. В конце недели, объединившись в группы, подростки делятся своими впечатлениями на общем сборе о мероприятиях, их значимости и своем участии в них. Педагоги анализируют качество и содержание своей работы по результатам обратной связи.

### **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- По завершению программы предполагается, что участники проекта приобретут знания и навыки участия в спортивных походах, соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию;
- длительное пребывание детей на воздухе, вовлечение их в активную спортивно-оздоровительную деятельность, проведение минуток здоровья способствуют укреплению здоровья и физической выносливости детей, а также формированию навыков здорового образа жизни;
- участники проекта выполняют нормативы по спортивному туризму и ориентированию, закрепят на практике полученные навыки и умения по основным направлениям туристского многоборья;
- дети научатся самостоятельно готовить пищу на костре, следить за своим внешним видом, соблюдать правила личной гигиены, контролировать себя в возникших конфликтных ситуациях при общении с участниками проекта, проявлять инициативу в проводимых мероприятиях.

### **Перечень используемой литературы:**

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
2. Балабанов И.В. Узлы М,1998.
3. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование.М.: «Академия», 2001



4. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М. 1995.
5. Бардин К.В. Азбука туризма - М., Просвещение, 1981.
6. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.,1997.
7. Константинов Ю.С., Туристские соревнования учащихся. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
8. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М - 1986г.
9. Курилова В.И. Туризм - М.: Просвещение, 1988.
10. Туризм и здоровье. Ленингр. 1982
11. Штюрман Ю.А. Профилактика туристского травматизма. - М.,ЦРИБ «Турист»,1992.
12. Энциклопедия туриста. - М., Научное издательство «Большая Российская Энциклопедия»,1993

Дополнительная литература организатору лагеря:

1. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000гг. М -1998.
2. Инструкция по организации и проведению походов, экскурсий. - М. Мин. образ. РСФСР, 1992.
3. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: ВЛАДОС, 2000
4. Ю.С. Константинов Сборник официальных документов по дестко-юношескому туризму, краеведению, организации отдыха детей и молодежи. М.:ЦДЮТ РФ, 1999
5. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
6. Минделеевич С. В. Пора в поход! - М.: Мол. гвардия, 1985.
7. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
8. Рыжавский Г.Я. Биваки. - М., ЦБЮТур МО РФ, 1995.

9. Сухомлинский В.А. Методика воспитания коллектива. - М.; Просвещение, 1981
10. Спутник туриста. - М., ФиС, 1963.
11. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
12. Физическая подготовка туристов. М., ЦРИБ «Турист», 1985.
13. Штюмер Ю.А. Туристу об охране природы. - М., Профиздат, 1975.
14. Штюмер Ю.А. Охрана природы и туризм. - М., ФиС, 1974.