

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»  
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет Физической культуры и спорта  
Кафедра спортивных дисциплин

Согласовано  
и.о. декана факультета физической культуры  
и спорта

« 26 »  2024 г.

  
/Кулищенко И.В./

**Методические рекомендации  
по организации самостоятельной работы студентов  
по дисциплине «Туризм»**

**Направление подготовки**  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

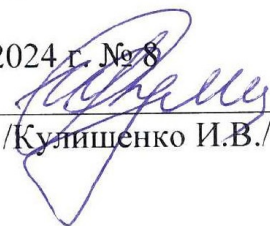
**Профиль:**  
Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

**Квалификация**  
Бакалавр

**Формы обучения**  
Очная, заочная

Согласовано учебно-методической  
комиссией факультета физической  
культуры и спорта

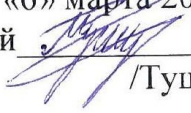
Протокол «26» марта 2024 г. № 8

Председатель УМКом 

/Кулищенко И.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных  
дисциплин

Протокол от «6» марта 2024 г. № 8

Зав. кафедрой 

/Тюшер Ю.Л./

Мытищи  
2024

Автор-составитель:

Дидрих А.П., ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов по дисциплине «Туризм» составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22.02.2018, № 125.

В методических рекомендациях даны общие положения, цели и задачи организации самостоятельной работы студентов по дисциплине «Туризм» и изложены материалы для их самостоятельной работы с конспектом и рефератом.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| 1. Общие                                                   |    |
| положения.....                                             | 4  |
| 2. Цели и основные задачи самостоятельной работы студентов |    |
| .....                                                      | 4  |
| 3. Общие рекомендации по организации самостоятельной       |    |
| работы.....                                                | 6  |
| 4. Конспект и правила его                                  |    |
| составления.....                                           | 9  |
| 5. Правила написания и оформления                          |    |
| реферата.....                                              | 11 |
| 6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение             |    |
| дисциплины.....                                            | 13 |

## 1. Общие положения

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента, предусмотренная ФГОС ВО.

Концепцией модернизации российского образования определены основные задачи профессионального образования - "подготовка квалифицированного работника соответствующего уровня и профиля, конкурентоспособного на рынке труда, компетентного, ответственного, свободно владеющего своей профессией и ориентированного в смежных областях деятельности, способного к эффективной работе по специальности на уровне мировых стандартов, готового к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности".

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, уметь ее анализировать.

Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов, написание курсовых и выпускных квалификационных работ. При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса.

Самостоятельная работа по дисциплине «Туризм» направлена, прежде всего, на повышение уровня физической подготовленности и увеличения объема теоретических знаний по вопросам физической культуры, здоровья, оздоровительной физической культуры. Данные знания необходимы будущему специалисту для организации своей профессиональной деятельности, сохранения уровня здоровья и высокой работоспособности.

Изучение теоретических вопросов по особенности влияния систематических занятий физической культурой на организм человека, использование физической активности для профилактики и лечения заболеваний, способов самоконтроля самочувствия, определением уровня своей работоспособности, знание законов ЗОЖ, и развития человеческого организма дает необходимую интеллектуальную базу для дальнейшего самосовершенствования и самовоспитания будущего специалиста. Поэтому СРС является важным этапом в процессе обучения.

Самостоятельная работа – это планируемая учебная, учебно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Формы самостоятельной работы студентов по дисциплине «Туризм» разнообразны. Они включают в себя:

- изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий с привлечением электронных средств официальной,

статистической, периодической и научной информации по вопросам физической культуры и спорта;

- просмотр видеоматериалов.
- участие в спортивно – массовых мероприятиях и спортивных соревнованиях;
- подготовка докладов и рефератов, презентаций;
- участие в работе в студенческих конференций, комплексных научных исследованиях;
- подготовка к сдаче нормативов по физической подготовленности и теоретическому зачету.

Самостоятельная работа приобщает студентов к научному творчеству, поиску и решению актуальных современных проблем.

## **2. Цели и основные задачи самостоятельной работы студентов**

Ведущая цель организации и осуществления СРС должна совпадать с целью обучения студента – подготовкой специалиста и бакалавра с высшим образованием.

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня. Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов в области физической культуры: углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях для написания реферата, подготовки к теоретическому зачету, тестированию, к сдаче контрольных нормативов по физической подготовленности.

### **3. Общие рекомендации по организации самостоятельной работы.**

Основной формой самостоятельной работы студента по дисциплине «Туризм» является изучение рекомендованной литературы, изучение литературы самостоятельно по интересу, посещение занятий, просмотр и анализ видеоматериалов, применение теоретических знаний в самостоятельных практических занятиях физической культурой.

Самостоятельная работа выдвигает требования к студенту:

1. Знание школьного программного материала, наличие прочной системы знаний, необходимой для усвоения дисциплины «Туризм».
2. Наличие умений, навыков умственного труда:
  - а) умение конспектировать на лекции, работать с книгой;
  - б) владеть логическими операциями: сравнение, анализ, синтез, обобщение, определение понятий, правила систематизации.
  - в) Умение проявлять : внимание, память, речь, наблюдательность, интеллект и мышление.
3. Умение регулировать свое эмоциональное состояние и устранять обстоятельства, нарушающие деловой настрой, мешающие намеченной работе.
4. Овладение оптимальным стилем работы, обеспечивающим успех в деятельности. Чередование труда и пауз в работе, периоды отдыха, индивидуально обоснованная норма продолжительности сна, предпочтение вечерних или утренних занятий, стрессоустойчивость на экзаменах и особенности подготовки к ним.
5. Иметь собственный уровень требований к себе, определяемый сложившейся самооценкой.

Адекватная оценка знаний, достоинств, недостатков - важная составляющая самоорганизации человека, без нее невозможна успешная работа по управлению своей деятельностью.

Наиболее плодотворным для умственной работы является утреннее время (с 8 до 14 часов). Максимальная работоспособность приходится на период с 10 до 13 часов, затем послеобеденное - (с 16 до 19 часов) и вечернее (с 20 до 24 часов). Очень трудный для понимания материал лучше изучать в начале каждого отрезка времени (лучше всего утреннего) после хорошего отдыха. Через 1-1,5 часа нужны перерывы по 10 - 15 мин, через 3 - 4 часа работы отдых должен быть продолжительным - около часа.

Необходимым условием для успешной самостоятельной работы является работа с рекомендуемой литературой. При работе с книгой необходимо научиться правильно ее читать, делать выбор подходящего материала.

#### **Правила самостоятельной работы с литературой.**

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных

преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Основные советы здесь можно свести к следующим:

- Составить перечень книг, с которыми Вам следует познакомиться; «не старайтесь запомнить все, что вам в ближайшее время не понадобится, – советует студенту и молодому ученому Г. Селье, – запомните только, где это можно отыскать» (Учебник Физическая культура.. с. 325).

- Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что Вас интересует за рамками официальной учебной деятельности, то есть что может расширить Вашу общую культуру...).

- Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге. Разобраться для себя, какие книги (или какие главы книг) следует прочитать более внимательно, а какие – просто просмотреть.

- При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями (или даже с более подготовленными и эрудированными сокурсниками), которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время...

- Естественно, все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).

- Если книга – ваша собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки, где отмечаются наиболее интересные для Вас мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора (это очень хороший совет, позволяющий экономить время и быстро находить «избранные» места в самых разных книгах).

- Если Вы раньше мало работали с научной литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты. Для этого лучший прием, научиться «читать медленно», когда Вам понятно каждое прочитанное слово (а если слово незнакомое, то либо с помощью словаря, либо с помощью преподавателя обязательно его узнать). Это может занять немалое время (у кого-то – до нескольких недель и даже месяцев); опыт показывает, что после этого студенту намного легче овладевать текстами.

- «Либо читайте, либо перелистывайте материал, но не пытайтесь читать быстро. Если текст интересует, то чтение, размышление и даже фантазирование по этому поводу сливаются в единый процесс, в то время как вынужденное скорочтение не приносит результата.

- Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой – следует основную идею и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его проблемы. Чтение научного текста является частью познавательной

деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Выделяют четыре основные установки в чтении научного текста:

1. Информационно - поисковая (задача – найти, выделить искомую информацию)

2. усваивающая (усилия читателя направлены на то, чтобы как можно полнее осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений)

3. аналитико-критическая (читатель стремится критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему)

4. творческая (создает у читателя готовность в том или ином виде – как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п. – использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке).

С наличием различных установок обращения к научному тексту связано существование и нескольких видов чтения:

1. библиографическое – просматривание карточек каталога, рекомендательных списков, сводных списков журналов и статей за год и т.п.;

2. просмотровое – используется для поиска материалов, содержащих нужную информацию, обычно к нему прибегают сразу после работы со списками литературы и каталогами, в результате такого просмотра читатель устанавливает, какие из источников будут использованы в дальнейшей работе;

3. ознакомительное – подразумевает сплошное, достаточно подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц, цель – познакомиться с характером информации, узнать, какие вопросы вынесены автором на рассмотрение, провести сортировку материала;

4. изучающее – предполагает доскональное освоение материала; в ходе такого чтения проявляется доверие читателя к автору, готовность принять изложенную информацию, реализуется установка на предельно полное понимание материала;

5. аналитико-критическое и творческое чтение – два вида чтения близкие между собой тем, что участвуют в решении исследовательских задач.

Первый из них предполагает направленный критический анализ, как самой информации, так и способов ее получения и подачи автором; второе – поиск тех суждений, фактов, по которым или в связи с которыми, читатель считает нужным высказать собственные мысли. Из всех рассмотренных видов чтения основным для студентов является изучающее – именно оно позволяет в работе с учебной литературой накапливать знания в различных

областях. Вот почему именно этот вид чтения в рамках учебной деятельности должен быть освоен в первую очередь. Кроме того, при овладении данным видом чтения формируются основные приемы, повышающие эффективность работы с научным текстом.

### **Консультации**

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

## **4. Конспект и правила его составления**

Конспект – это краткая письменная запись содержания статьи, книги, лекции, предназначенные для последующего восстановления информации с различной степенью полноты.

Конспект – это систематическая, логически связанная запись, объединяющая план, выписки, тезисы или, по крайней мере, два из этих типов записи.

Исходя из определения, выписки с отдельными пунктами плана, если в целом они не отражают логики произведения, если между отдельными частями записи нет смысловой связи, - это не конспект.

В конспект включаются не только основные положения, но и доводы, их обосновывающие, конкретные факты и примеры, но без их подробного описания.

Конспектирование может осуществляться тремя способами:

- цитирование (полное или частичное) основных положений текста;
- передача основных мыслей текста «своими словами»;
- смешанный вариант.

Все варианты предполагают использование сокращений.

При написании конспекта рекомендуется следующая последовательность:

1. проанализировать содержание каждого фрагмента текста, выделяя относительно самостоятельные по смыслу;
2. выделить из каждой части основную информацию, убрав избыточную;
3. записать всю важную для последующего восстановления информацию своими словами или цитируя, используя сокращения.

Разделяют четыре вида конспектов:

- текстуальный
- плановый
- свободный
- тематический.

**Текстуальный** (самый простой) состоит из отдельных авторских цитат. Необходимо только умение выделять фразы, несущие основную смысловую нагрузку.

Это прекрасный источник дословных высказываний автора и приводимых им фактов. Текстуальный конспект используется длительное время. Недостаток: не активизирует резко внимание и память.

**Плановый** – это конспект отдельных фрагментов материала, соответствующих названиям пунктов предварительно разработанного плана. Он учит последовательно и четко излагать свои мысли, работать над книгой, обобщая содержание ее в формулировках плана. Такой конспект краток, прост и ясен по своей форме. Это делает его незаменимым пособием при быстрой подготовке доклада, выступления.

Недостаток: по прошествии времени с момента написания трудно восстановить в памяти содержание источника.

**Свободный** конспект – индивидуальное изложение текста, т.е. отражает авторские мысли через ваше собственное видение. Требуется детальная проработка текста.

Свободный конспект представляет собой сочетание выписок, цитат, иногда тезисов, часть его текста может быть снабжена планом. Это наиболее полноценный вид конспекта.

**Тематический конспект** – изложение информации по одной теме из нескольких источников.

Составление тематического конспекта учит работать над темой, всесторонне обдумывая ее, анализируя различные точки зрения на один и тот же вопрос. Таким образом, этот конспект облегчает работу над темой при условии использования нескольких источников.

### **Как составлять конспект:**

1. Определите цель составления конспекта.
2. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и его выходные данные, т.е. сделать библиографическое описание документа.
3. Осмыслить основное содержание текста, дважды прочитав его.
4. Читая изучаемый материал в первый раз, подразделяйте его на основные смысловые части, выделяйте главные мысли, выводы.
5. Для составления конспекта составьте план текста – основу конспекта, сформулируйте его пункты и определите, что именно следует включить в конспект для раскрытия каждого из них.
6. Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко изложите своими словами или приводите в виде цитат, включая конкретные факты и примеры.
7. Составляя конспект, можно отдельные слова и целые предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, применять условные обозначения.
8. Чтобы форма конспекта как можно более наглядно отражала его содержание, располагайте абзацы "ступеньками" подобно пунктам и

подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания, используйте карандаши и ручки разного цвета.

9. Используйте реферативный способ изложения (например: "Автор считает...", "раскрывает...").
10. Собственные комментарии, вопросы, раздумья располагайте на полях.

### **Оформление конспекта:**

1. Конспектируя, оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов и имен, требующих разъяснений.
2. Применять определенную систему подчеркивания, сокращений, условных обозначений.
3. Соблюдать правила цитирования - цитату заключать в кавычки, давать ссылку на источник с указанием страницы.
4. Научитесь пользоваться цветом для выделения тех или иных информативных узлов в тексте. У каждого цвета должно быть строго однозначное, заранее предусмотренное назначение. Например, если вы пользуетесь синими чернилами для записи конспекта, то: красным цветом - подчеркивайте названия тем, пишите наиболее важные формулы; черным - подчеркивайте заголовки подтем, параграфов, и т.д.; зеленым - делайте выписки цитат, нумеруйте формулы и т.д. Для выделения большей части текста используется отчеркивание.

Основные ошибки при составлении конспекта:

1. Слово в слово повторяет тезисы, отсутствует связность при пересказе.
2. Конспект не связан с планом.
3. Многословие (много вводных слов) или чрезмерная краткость, незаконченность основных смысловых положений текста.
4. При передаче содержания текста потеряна авторская особенность текста, его структура.

## **5. Правила написания и оформления реферата**

Реферат (от латинского слова «refero» – докладываю, сообщаю) – краткое изложение в письменной или устной форме содержания книги, статьи или научной работы.

### **Общие требования, предъявляемые к реферату:**

- реферат должен представлять собой самостоятельную разработку актуальной проблемы по изучаемой дисциплине
- основой реферата должны служить современные научные публикации, нормативные материалы по соответствующей проблеме
- источниковая база исследования формируется на основе монографий, научных статей, справочно-информационного материала
- план и материалы реферата должны раскрывать актуальность выбранной темы

- содержание раскрываемых вопросов должно сопровождаться ссылками на источники, использованные автором, и в конце работы прилагается список этих источников.

Для начала надо выбрать тему и подобрать по ней литературу. В качестве литературы для работы над рефератом могут выступать монографии, сборники, различные справочные издания, журнальные и газетные статьи. Ознакомиться с содержанием литературы: познакомиться со справочным аппаратом издания, изучить оглавление книги. Выборочно, бегло прочитать отдельные части или главы книги, сделать краткие записи по прочитанному материалу. Составить план реферата.

### **Примерный план написания реферата:**

#### *Введение.*

Во введении реферата обосновать выбор данной темы, коротко рассказать о том, почему она заинтересовала автора.

#### *I глава. Вступительная часть.*

Эта короткая глава должна содержать несколько вступительных предложений, непосредственно вводящих в тему реферата.

#### *II глава. Основная научная часть реферата.*

Здесь в логической последовательности излагается материал по теме реферата. Эту главу целесообразно разбить на подпункты (с указанием в оглавлении соответствующих страниц).

#### *III глава. Заключение. Выводы.*

В этой главе автор подводит итог работы, делает краткий её анализ и формулирует выводы.

### **Оформление реферата.**

#### *Титульный лист.*

На титульном листе пишется тема реферата, фамилия, имя, отчество ученика, название учебного заведения.

#### *Оглавление реферата.*

В начале реферата должно быть дано оглавление, в котором указываются номера страниц по отдельным главам. Каждая глава текста должна начинаться с нового листа, независимо от того, где окончилась предыдущая.

#### *Текст реферата.*

Текст пишется по плану на одной стороне листа. Сокращения слов в тексте реферата не используются. В конце работы прилагается список использованной литературы.

#### *Список литературы.*

Литературные ссылки следует располагать в столбик в следующем порядке:

- Энциклопедии, справочники;
- Книги по теме реферата (по алфавиту авторов);
- Газетно-журнальные статьи (по алфавиту авторов статей, с указанием названий газет и журналов, года издания и номера).

Для написания реферата лучше использовать листы писчей бумаги стандартного формата.

Текст следует писать на одной стороне листа, который должен иметь поля: 3 см – с левой стороны, 1 см – с правой стороны (это придаёт удобство для сшивания листов).

Объём экзаменационного реферата может быть 20 – 25 листов, а реферат для урока – не более 10 листов.

Все листы должны быть пронумерованы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1. Основная литература:**

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебник для вузов /Л.А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. - 8-е изд. - М. : Академия, 2017. - 224с.
2. Соболев, С.В. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму [Электронный ресурс] / Соболев С.В., Гелецкий В.М., Николаев Е.А. - Красноярск : СФУ, 2016. – 230с. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763835519.html>
3. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс]: учебник / под ред. В. А. Таймазова и Ю. Н. Федотова. - М. : Советский спорт, 2014. – 424с. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806479.html>

### **6.2. Дополнительная литература:**

1. Бгатов А.П. Безопасность в туризме [Текст] : учеб. пособие для вузов . - 2-е изд. - М. : Форум, 2013. - 176с.
2. Бутузов, А.Г. Этнокультурный туризм [Текст] : учеб. пособие для вузов. - М. : КНОРУС, 2017. - 248с.
3. Джанджугазова, Е.А. Туристско-рекреационное проектирование [Текст]: учебник для вузов. - 2-е изд. - М. : Академия, 2016. - 272с.
4. Константинов, Ю. С. Методика обучения: уроки ориентирования [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2018. — 329 с. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/B8B9AC0F-1210-462D-A37B-2EAE2F692BA8](http://www.biblio-online.ru/book/B8B9AC0F-1210-462D-A37B-2EAE2F692BA8)
5. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма [Текст]: учеб. пособие для вузов / А. Б. Косолапов. - 4-е изд. - М. : Кнорус, 2017. - 268с.

6. Лукьянова, Н.С. География туризма [Текст] : турист.регионы мира и России: практикум: учеб.пособие для вузов / Н. С. Лукьянова. - 3-е изд.,стереотип. - М. : Кнорус, 2017. - 168с.
7. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов / В.С. Макеева, В.В. Бойко. - М. : Советский спорт, 2014. – 152с. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971807100.html>
8. Овчаров А.О. Туристический комплекс России [Текст] : тенденции, риски, перспективы. - М. : Инфра-М, 2014. - 280с.
9. Соболев, С.В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине "Дистанции - пешеходные" [Электронный ресурс] / С.В. Соболев, Н.В. Соболева, С.К. Рябинина - Красноярск : СФУ, 2014. – 134с. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763831122.html>

### **6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»»**

<http://www.tssr.ru/> - Сайт Туристско-Спортивного Союза России

<http://tourist-journal.ru/> - сайт Международного иллюстрированного журнала «Турист»

<http://nkosterev.narod.ru/met.html> - Статьи и документы о спортивном и школьном туризме

<http://omac.ru/> - сайт Экспедиционного клуба «ОМАС»

<http://school-kraevedenie.narod.ru/content0.html> - Сетевой альманах Ю.С. Самохина «Вопросы краеведения» (теория и практика)

<http://vertikal-pechatniki.ru/> - Сайт детского турклуба «Вертикаль» (г. Москва)

<http://tyr-zo.narod.ru/> - Сайт Методического Центра по туризму

<http://madut.narod.ru/> ( <http://madutk.ru/> ) - Интернет – ресурс Академии детско-юношеского туризма и краеведения