

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
№3 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом №1 от 01.09.2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

Водный туризм и краеведение

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст детей: 10-17 лет

Срок реализации: 1 год

Модифицирована Центром детского туризма

Руководитель: Роденков Юрий Михайлович,
педагог дополнительного образования Центра детского туризма

Год разработки: 2019 г.

Редакция: 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Водный туризм и краеведение» туристско-краеведческой направленности разработана на основе: Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р), Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

При разработке ДОП «Водный туризм и краеведение» были использованы:
«Программы для системы дополнительного образования детей.

Юные инструкторы туризма» М. ЦДЮТур 1999г.

Программа работы туристско-краеведческого кружка. Практическое пособие. «Уроки туризма: 1-й год обучения», Голубков В. Н., Баранов М. В.; г. Новая Ладога, 1996. Учебное пособие «Управление маломерным судном с парусным вооружением» Новая Ладога 2008г.

Форма обучения по Программе: очная.

Формы проведения занятий: фронтальные, групповые, индивидуальные; аудиторные, практические, учебно-тренировочные на местности.

Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Предлагаемая программа составлена с использованием инвариантных блоков, предусматривающих базовую подготовку любого туриста.

Программа объединения рассчитана на учащихся 4-11 классов и предусматривает приобретение ими основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, оказание первой медицинской помощи. Приобретение необходимых знаний, умений и навыков для получения спортивных разрядов по туризму.

Основные цели Программы:

- совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;
- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;
- привитие интереса к занятиям туризмом и краеведением как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;

Поставленные цели будут достигнуты при решении следующих задач, реализуемых в комплексе (обучающих, развивающих, воспитательных).

Задачи:

обучающие:

- ознакомление учащихся с совокупностью знаний по безопасности;
- формирование знаний, умений, необходимых для безопасного нахождения человека в природной среде,

- обучение навыкам сбора краеведческой информации;

воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;
- содействие воспитанию гражданственности, патриотизма, уважения к социальным нормам;

развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий.

Срок реализации Программы: 1 год

Программа рассчитана на разновозрастный и разноуровневый состав участников. В объединении могут заниматься дети разного уровня подготовленности. К первой (младшей подгруппе) относятся обучающиеся 5-7 классов, не имеющие базовой подготовки. Ко второй (старшей подгруппе) относятся обучающиеся, которые уже занимались в других туристско-краеведческих объединениях. В младшей подгруппе основной упор делается на теоретических занятиях, в старшей – на совершенствовании практических знаний и навыков. Время, отведенное на обучение в обеих подгруппах, составляет 306 часов в год, или 9 часов в неделю (34 рабочие недели), причем практические занятия составляют большую часть программы.

Содержание программы предполагает освоение детьми основ туризма, ориентирования, краеведения, знакомство с проведением туристских соревнований (в качестве участников). Более подготовленные обучающиеся совершенствуют свои знания по технике и тактике туризма, более глубоко изучают специализацию, начинают участвовать в соревнованиях в качестве судей.

Рекомендуемый минимальный состав группы – 15-17 человек. При наборе обучающихся следует комплектовать группу с превышением состава (особенно в младшей подгруппе), так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения. Система плановых зачетов и тестирование позволяет выявлять лучших обучающихся, а также формировать команды для участия в соревнованиях.

Промежуточная аттестация проходит в форме сдачи зачетов теоретического и практического направлений. Результаты зачетов вносятся в сводную таблицу кружка, которая отражает рейтинг обучающегося в объединении. Итоговая аттестация проходит в форме своеобразного экзамена, который включает и теоретические и практические задания по изученным вопросам.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется руководителем объединения в зависимости от реальных условий.

В ходе работы у учащихся разрабатываются умение и навык самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правил организации и проведения туристских соревнований

учащихся Российской Федерации». Обязательным условием является участие обучающихся в соревнованиях, проводимых Центром детско-юношеского туризма и парусного спорта. По итогам обучения создается портфолио каждого обучающегося, где учитывается участие в соревнованиях, занятые места, а также, участие в однодневных и многодневных походах.

При хорошей погоде практические занятия проводятся на местности (школьный стадион), при плохой – в спортзале или классе. Практические навыки отрабатываются и в однодневных походах. Итогом всей работы за год является участие обучающихся в дальнейшем спортивном плавании.

**Учебный план
объединения «Водный туризм и краеведение»
на базе Новолодожской СОШ №1
1-й год обучения (старшая подгруппа)**

№ п/п	Тема и раздел	Количество часов		
		Всего	Теорет.	Практ.
1.	Основы туристской подготовки			
1.1.	Вводное. Итоги года. План работы на год. Расписание занятий. Инструктаж по т/б	2	2	
1.2.	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги.	2	2	
1.3.	Техника пешеходного туризма. Узлы. Страховка и самостраховка. Преодоление препятствий в походе.	21	2	19
1.4.	Оформительская работа.	1		1
1.5.	Виды и типы походов. Нормативные требования. Разряды и звания.	1	1	
2.	Топография и ориентирование.	6	2	4
3.	Краеведение.	6	5	1
3.1.	География Ленинградской области.	2	2	
3.2.	История Ленинградской области.	2	2	
3.3.	Животный и растительный мир Ленинградской области.	1	1	
3.4.	Изучение района летнего путешествия.	1		1
4.	Первая доврачебная помощь.	4	2	2
4.1.	Первая доврачебная помощь.	2		2
4.2.	Походная аптечка.	1	1	
4.3.	Лекарственные растения.	1	1	
5.	Физическая подготовка. Сдача нормативов.	15		15
6.	Водный туризм на парусно-гребных судах.	5	4	1
6.1.	Навигационные огни и знаки. Судовая сигнализация.	1	1	
6.2.	Рангоут и такелаж. Виды парусов. Парусное вооружение.	1	1	
6.3.	Лоция. Курсы и галсы. Управление лодкой.	2	2	
6.4.	Подготовка снаряжения к водному походу.	1		1
7.	Практика (походная и соревновательная)	69		69
	Всего за год	135		

**Учебный план
объединения «Водный туризм и краеведение»
на базе Новолодожской СОШ №1
1-й год обучения (младшая подгруппа)**

№ п/п	Тема и раздел	Количество часов		
		Всего	Теорет.	Практ.
1.	Основы туристской подготовки			

1.1.	Вводное. Цели и задачи кружка. Необходимые документы. Расписание занятий. Инструктаж по т/б	2	2	
1.2.	Личное и групповое снаряжение.	2	2	
1.3.	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги.	2	2	
1.4.	Питание в походе.	2	2	
1.5.	Техника пешеходного туризма. Узлы. Страховка и самостраховка. Преодоление препятствий в походе.	25	4	21
1.6.	Оформительская работа.	1		1
1.7.	Виды и типы походов. Нормативные требования. Разряды и звания.	2	2	
2.	Топография и ориентирование.	16	6	10
3.	Краеведение.	12	11	1
3.1.	География Ленинградской области.	4	4	
3.2.	История Ленинградской области.	4	4	
3.3.	Животный и растительный мир Ленинградской области.	3	3	
3.4.	Изучение района летнего путешествия.	1		1
4.	Основы личной гигиены. Первая доврачебная помощь.	10	10	
4.1.	Личная гигиена в походе.	2	2	
4.2.	Первая доврачебная помощь.	4	4	
4.3.	Походная аптечка.	2	2	
4.4.	Лекарственные растения.	2	2	
5.	Физическая подготовка. Сдача нормативов.	15		15
6.	Водный туризм на парусно-гребных судах.	10	9	1
6.1.	Навигационные огни и знаки. Судовая сигнализация.	2	2	
6.2.	Рангоут и такелаж. Виды парусов. Парусное вооружение.	3	3	
6.3.	Лоция. Курсы и галсы. Управление лодкой.	3	3	
6.4.	Особенности водного похода. Подготовка снаряжения к водному походу.	2	1	1
7.	Практика (походная и соревновательная)	69		69
	Всего за год	171		

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

объединения «Водный туризм и краеведение» на базе «Усадищенская СОШ»

1-й год обучения (старшая подгруппа)

№ п/п	Месяц Наименование тем и разделов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1.	Основы туристской подготовки.									
1.1.	Вводное. Итоги года. План работы на год.	1								
1.2.	Организация турист. быта. Привалы и ночлеги.					2				
1.3.	Техника пешеходного туризма. Узлы. Страховка и самостраховка. Преодоление препятствий в походе.	1	6	4	4	1	2	2	2	2
1.4.	Оформительская работа.									1
1.5.	Виды и типы походов. Нормативные требования. Разряды и звания.								1	
2.	Топография и ориентирование.		2						1	1
3.	Краеведение.									
3.1.	География Ленинградской области.					1		1		
3.2.	История Ленинградской области.						1			
3.3.	Животный и растительный мир						1	1		

	Ленобласти.									
3.4.	Изучение района летнего путешествия.								1	
4.	Первая доврачебная помощь.									
4.1.	Первая доврачебная помощь.			2						
4.2.	Походная аптечка.				1					
4.3.	Лекарственные растения.				1					
5.	Физическая подготовка. Сдача нормативов.	1	2	2	2	2	2	2	1	2
6.	Водный туризм на парусно-гребных судах.									
6.1.	Навигационные огни и знаки. Судовая сигнализация.						2			
6.2.	Рангоут и такелаж. Парусное вооружение.							2		
6.3.	Лодия. Курсы и галсы. Управление лодкой.								2	
6.4.	Особенности водного похода. Подготовка снаряжения к водному походу.									1
7.	Практика (походная и соревновательная)	5	8	8	8	8	8	8	8	8
	Итого в месяц	8	1 8	1 6	1 6	1 4	1 6	1 6	15	16
	Всего за год	135								

ние» на базе «Усадищенская СОШ»
1-й год обучения (младшая подгруппа)

№ п/п	Месяц Наименование тем и разделов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
	Количество часов									
1.	Основы туристской подготовки.									
1.1.	Вводное. Необходимые документы. Расписание занятий. Инструктаж по т/б	2								
1.2.	Личное и групповое снаряжение.									2
1.3.	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги.					2				
1.4.	Питание в походе.			2						
1.5.	Техника пешеходного туризма. Узлы. Страховка и самостраховка. Преодоление препятствий в походе.	2	4	2	4	3		4	2	2
1.6.	Оформительская работа.									1
1.7.	Виды и типы походов. Нормативные требования. Разряды и звания.								2	
2.	Топография и ориентирование.	2	4			2		2	2	2
3.	Краеведение.									
3.1.	География Ленинградской области.		4		2					
3.2.	История Ленинградской области.					1	2			
3.3.	Животный и растительный мир Ленинградской области.						2	2		
3.4.	Изучение района летнего путешествия.									1
4.	Основы личной гигиены. Первая доврачебная помощь.									
4.1.	Личная гигиена в походе.			2						
4.2.	Первая доврачебная помощь.			2			2			
4.3.	Походная аптечка.				2					

4.4.	Лекарственные растения.				2					
5.	Физическая подготовка. Сдача нормативов.	1	3	2	2	2	2	2	2	2
6.	Водный туризм на парусно-гребных судах.									
6.1.	Навигационные огни и знаки. Судовая сигнализация.						2			
6.2.	Рангоут и такелаж. Виды парусов. Парусное вооружение.						2	2		
6.3.	Лоция. Курсы и галсы. Управление лодкой.								4	
6.4.	Особенности водного похода. Подготовка снаряжения к водному походу.									2
7.	Практика (походная и соревновательная)	5	8	8	8	8	8	8	8	8
	Итого в месяц	1	23	1	20	18	20	20	20	20
		2		8						
	Всего за год	171								

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ туристско-краеведческого объединения «Водный туризм и краеведение»

1. Основы туристской подготовки

- Личное снаряжение
- Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке.
- Одежда и обувь для летних и зимних походов.
- Подготовка личного снаряжения к походу.
- Групповое снаряжение
- Типы палаток, их назначение. Топоры, пилы. Ремонтная аптечка. Костровое оборудование.
- Особенности личного и группового снаряжения в водном походе
- Организация туристического быта
- Привалы и ночлеги в походе. График движения.
- Выбор места для привалов и ночлега. Развертывание и свертывание лагеря.
- Правила поведения в палатке. Установка палаток.
- Типы костров. Правила работы у костра.
- Режим питания. Продукты и их калорийность. Походное меню.
- Подготовка продуктов перед путешествием. Водно-солевой режим
- Приготовление пищи в походе
- Пополнение продуктовых запасов в походе
- Туристические узлы
- Страховка и самостраховка
- Режим и темп движения. Распорядок дня.
- Преодоление препятствий
- Виды и типы походов. Путевые документы
- Нормативные требования. Составление отчета. Разряды и звания

2. Топография и ориентирование

- Топографическая карта. Масштаб
- Условные знаки. Изображение рельефа. Горизонтالي. Бергштрих.
- Ориентирование по компасу и местным признакам. Стороны горизонта. Азимут и его виды. Визирование.

- Составление полярной и маршрутной схем местности

3. Краеведение

- География Ленинградской области
- История Ленинградской области
- Животный и растительный мир области

4. Основы личной гигиены. Первая доврачебная помощь

- Основы личной гигиены в походе. Гигиена обуви и одежды. Сущность закаливания.
- Первая доврачебная помощь. Профилактика травматизма. Травмы, солнечный и тепловой удары. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца и т.д.
- Сигналы бедствия и транспортировка пострадавшего
- Походная аптечка. Ее составление и пополнение. Правила хранения и транспортировки медикаментов.
- Лекарственные растения Ленинградской области

5. Физическая подготовка. Сдача нормативов.

6. Водный туризм на парусно-гребных судах

- Виды парусно-гребных судов. Устройство шлюпки
- Рангоут и такелаж. Парусное вооружение
- Управление лодкой. Гребля. Курсы и галсы. Лавировка.
- Навигация. Лоция
- Навигационные огни и знаки. Судовая сигнализация
- Особенности водного похода на парусно-гребных судах

7. Однодневные походы. Участие в районных и областных соревнованиях.

Определение результатов обучения

Этапами проверки достигнутых результатов являются однодневные походы и многодневные экскурсии, совершаемые в течение всего учебного года, подготовка и составление отчетов по походам и путешествиям, а также участие в туристско-краеведческих конкурсах и соревнованиях, в районном слете туристов-краеведов.

Прогнозируемые результаты

Для учащихся.

Увлечение туризмом. Расширение кругозора и повышение общей культуры. Более полное овладение курсами ОБЖ, географии. Укрепление здоровья.

Для педагога.

Повышение профессионального уровня. Разработка методического обеспечения курса: подбор и разработка туристических маршрутов, отработка методики проведения занятий и контроля отдельных разделов курса, формирование набора практических заданий.

Требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать: основу теории туризма при совершении путешествий малой длительности, технику преодоления естественных препятствий, правила поведения в природе и на воде, устройство парусно-гребного судна, как ориентироваться на местности и т.д.

Учащиеся должны **уметь:** подбирать личное и групповое снаряжение, организовывать привалы и ночлеги, укладывать рюкзак, разрабатывать простейшие маршруты выходного дня.

Учащиеся должны **владеть навыками:** самообслуживания в туристском быту, при необходимости - оказания первой доврачебной помощи; судейства (оказания

помощи в судействе) на соревнованиях по спортивному туризму; управления лодкой на веслах и под парусом.

Методическое обеспечение программы

Методы работы:

- 1) словесные: -беседы; -лекции;
- 2) практические: - работа с картами; - работа с компасом; - ориентирование на местности; - оказание первой медицинской помощи;
- 3) наглядные: - карты; - энциклопедии; - приборы (компас, курвиметр и т.п.);
-туристическое снаряжение.
- 4) проектные (разработка походов); -групповые; -индивидуальные;

Дидактические материалы:

- раздаточные таблицы; - модели; - макеты; - карты.

Технические средства обучения:

- спортивно-туристское снаряжение; - мячи.

Место проведения занятий:

- учебный кабинет; - спортзал; - спортивная площадка; - парк; - природа.

Промежуточная аттестация (проводится в конце полугодия, чаще в январе)

– это изучение динамики освоения предметного содержания ребенка, личностного развития.

Цель – отслеживание динамики развития каждого ребёнка, коррекция образовательного процесса в направлении усиления его развивающей функции.

Задачи:

- оценка правильности выбора технологии и методики;
- корректировка организации и содержания учебного процесса.

Методы проведения промежуточной диагностики, показатели, критерии оценки разрабатываются педагогами. Итоги анализируются педагогом и методистом образовательного учреждения.

Итоговая аттестация (проводится в конце учебного года) – это проверка освоения детьми программы.

Цель: подведение итогов освоения образовательной программы.

Задачи: - анализ результатов обучения; - анализ действий педагога.

Формы подведения итогов освоения программы:

Тестирование, контрольное задание, соревнования, викторина, зачет.

К концу учебного года группа должна быть подготовлена для участия в районном турслёте учащихся. Контроль качества усвоения материала и механизм оценки получаемых результатов реализуется через участие в турслётах и соревнованиях команды учащихся. Индивидуальные достижения и уровень подготовки отдельных учащихся отслеживается и контролируется на соревнованиях, организуемых внутри объединения. При проведении практических занятий особое внимание уделяется привитию ребятам самостоятельности и воспитанию у них чувства коллективизма и взаимопомощи, готовности оказать помощь окружающим.

Техническое оснащение занятий:

- спортивно-туристское снаряжение (страховочные системы (старого и нового образцов), веревки (обвязывательные и основные), карабины, компасы, карты, «восьмерки», жумары);
- учебный кабинет, ПК, экран, проектор;
- спортзал с наличием турника, шведской стенки, скамеек, гимнастических матов, опор

Приложение 1.

Календарный учебный график

Программа	Сроки	Примечание
Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Водный туризм и краеведение»		данный календарный график составлен без учета переноса праздничных дней
Продолжительность учебного года: количество учебных недель	34 недели	без учета многодневных походов и самостоятельных занятий
Продолжительность учебной недели	6 дней	
Количество часов в неделю	9 часов	
Продолжительность одного учебного занятия.	1-2 часа	1 академический час равен 45 мин.
Однодневные походы, участие в соревнованиях, экскурсии	4-8 часов	
Количество часов за учебный период	306 часов	
Летняя оздоровительная работа	1 июня-31 августа	
Промежуточная аттестация	Январь	
Итоговая аттестация	Май	
Сроки приёма детей	1-15 сентября	набор в группу 1 года обучения до 15 сентября
Режим работы - согласно расписанию		
Начало учебного года 15 сентября. Окончание учебного года 31 мая		
Каникулы: Каникулярные дни с 30.12.2020 - 10.01.2021, 01.06-31.08.2021		
Адреса на базе которых проходят занятия: 187450 Российская Федерация, Ленинградская область, Волховский район, г. Новая Ладога, ул. Пионерская, д.7; Российская Федерация, Ленинградская область, Волховский район, д. Усадище, д.128		

Карта личностных достижений обучающегося

Фамилия, имя ребенка _____
 Возраст _____
 Вид и название детского объединения _____
 Ф.И.О. педагога _____
 Дата начала наблюдения _____

Показатели	Сроки диагностики	Текущий контроль	
		Конец первого полугодия	Конец учебного года
Физическая подготовка.			
1. Подтягивания.			
2. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (для девочек).			
3. Прыжок с места.			
4. Спринтерский бег.			
5. Кросс.			
Техника туризма.			
1. Вязка узлов (на время).			
2. Одевание обвязки (на время).			
3. Прохождение короткой стандартной дистанции (на время).			
4. Бросок веревки в цель.			
Топография и ориентирование.			
1. Чтение маршрута по спортивной карте (количество ошибок).			
2. Определение азимута по компасу на местности.			
3. Определение расстояния на местности путем подсчета шагов.			

Примечание: главным критерием является улучшение результатов обучающихся.

Критерии оценки развития ребенка.

При проведении повторной сдачи нормативов ухудшение результатов – «плохо»

При проведении повторной сдачи нормативов результат остается на том же уровне – «удовлетворительно»

При проведении повторной сдачи нормативов незначительное улучшение результата – «хорошо»

При проведении повторной сдачи нормативов значительное улучшение результата – «отлично».

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта»**

Приложение 3

Протокол

сдачи зачетов по физической подготовке объединения _____

Руководитель: _____

№	Фамилия, Имя	Показатели первого полугодия												Показатели в конце года												Оцен ка	Примечание
		Подтягивания	Отжимания	Подтяг. на низ.	Прыжок с места	Бег 30 м	Кросс 500 м	Метание мяча	Бег 1 км					Подтягивания	Отжимания	Подтяг. на низ. перекл. (д)	Прыжок с места	Бег 30 м	Кросс 500 м	Метание мяча	Бег 1 км						
1																											
2																											
3																											
4																											
5																											
6																											
7																											
8																											
9																											
10																											
11																											
12																											
13																											
14																											
15																											
16																											

Ухудшение результатов – **«плохо»**; результат остается на том же уровне – **«удовлетворительно»**; незначительное улучшение результата – **«хорошо»**; значительное улучшение результата – **«отлично»**.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Алексеев А.А. «Питание в туристском походе» М. ЦДЮТ РФ 1997г.
- Голубков В. Н., Баранов М. В. «Уроки туризма: 1-й год обучения». Программа работы туристско-краеведческого кружка. Практическое пособие. г. Новая Ладога, 1996.
- «Программы для системы дополнительного образования детей. Юные инструкторы туризма» М. ЦДЮТур 1999г.
- Куликов В.М. Константинов Ю.С. «Топография и ориентирование в туристском путешествии» М. ЦДЮТ 1997г.
- «Краткий справочник туриста» под ред. Штюмера Ю.А. М. 1985г.
- Куприн А.М. «На местности и по карте» М. 1982г.
- Куприн А.М. «С картой и компасом» М. 1991г.
- Курилова В.И. «Туризм» М.1988г.
- Удачин В.С. «Навигационные знаки и огни, судовая сигнализация» М. 1993г.
- «Управление маломерным судном с парусным вооружением» Новая Ладога 2008г.
- Финаров Д.П. Семенов С.П. «Санкт-Петербург и Ленинградская область» (учебное пособие) СПб 2005г.
- Черненко М.Я. «Пособие судоводителю-любителю» М. 1988г.