




ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА МОСКВЫ «ЦЕНТР ДСЗПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛАБОРАТОРИЯ ПУТЕШЕСТВИЙ»

109147, г. Москва, ул. Нижегородская, дом 3, E-mail: labp@edu.mos.ru тел./факс (495) 678-55-62
ОГРН 1097746031393 ИНН 7725663400 КПП 770901001

г. Москва

УТВЕРЖДАЮ

Директор  М.Д. Шпаро
« 9 »  2017 г.



**ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
МЕРОПРИЯТИЯ**

«ПЕРВЫЕ ШАГИ»

(площадка – Республика Карелия)

Авторы программы:
коллектив ГБУ «Лаборатория путешествий»

Срок реализации программы:
2018 год

2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | | |
|------|--|--------------|
| 1. | ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА | Стр. 3 - 4 |
| 2. | ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | Стр. 5 - 10 |
| 3. | ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ | Стр. 10 - 11 |
| 4. | ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ | Стр. 11 - 18 |
| 5. | СИСТЕМА БЕЗОПАСНОСТИ | Стр. 19 – 20 |
| 6. | УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ | Стр. 20 - 29 |
| 7. | СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ | Стр. 29 - 31 |
| 8. | ПРИЛОЖЕНИЕ | Стр. 32 |
| 8.1. | ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ ГРУППЫ НА ПРОГРАММЕ | Стр. 32 - 37 |
| 8.2. | ВХОДЯЩАЯ АНКЕТА УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ «ПЕРВЫЕ ШАГИ» АНКЕТА №1 | Стр. 38 - 39 |
| 8.3. | ИТОГОВАЯ АНКЕТА УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ «ПЕРВЫЕ ШАГИ» АНКЕТА №2 | Стр. 39 - 40 |

1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

| | |
|--------------------------|--|
| НАЗВАНИЕ | Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Первые шаги». |
| ЦЕЛЬ | Цель физкультурно-оздоровительного мероприятия: социально-бытовая адаптация инвалидов, включая детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами участия в активных путешествиях. |
| КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ | В осенний, зимний или весенний период участники мероприятия "Первые шаги" смогут совершить пешее или лыжное путешествие с собаками породы "Сибирский хаски" по Карельской тайге. Программа мероприятия станет для участников возможностью окунуться в мир походной жизни: научиться готовить еду на костре, организовывать походный быт, заготавливать дрова и разводить костер, научиться ориентироваться и работать с компасом и картой, овладеть навыками пешего или лыжного туризма. Вместе с этим "Первые шаги" станут возможностью для каждого участника познать свои силы и проявить волевые качества, целеустремленность, самостоятельность, а также познать силу команды и единства духа. |
| УЧАСТНИКИ | Состав группы – 12 участников: 10 детей + 1 сопровождающий (сотрудник образовательной организации или представитель родительской общности или волонтер) + 1 специалист ГБУ «Лаборатория путешествий». Возраст детей-участников от 12 до 25 лет. |
| КОЛ-ВО УЧАСТНИКОВ | 120 участников. |
| МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ | г. Москва, Республика Карелия |
| СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ | Во время четвертных, модульных каникул 2018 г. |
| ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ | Инвалиды, включая детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья - учащиеся образовательных организаций системы Департамента образования города Москвы. |
| ПРОГРАММА | Физкультурно-оздоровительное мероприятие состоит из трех этапов: - подготовительный этап: заключается в психологической и организационно-содержательной подготовке к участию в выездной части мероприятия (проходит в Москве, на базе образовательной организации, а также на территории одного из парков); |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">- основной этап (выездная часть продолжительностью - 10 дней): погружение в специально спроектированную среду «путешествие»; проходит в Республике Карелия;- заключительный этап заключается в рефлексии деятельности, подведении итогов и выстраивании перспектив развития (проходит в Москве, на базе образовательной организации). |
|--|--|

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны».

3. Концепция модернизации российского образования

Актуальность.

Согласно «Стратегии развития образования в России», одной из ключевых идей современной политики образования России является идея развития. Первоочередная цель, достижение которой необходимо для реализации данной идеи – это создание необходимых условий для развития личности. Образование претерпевает серьезные изменения, в качестве одного из основополагающих принципов для изменения выбрана гуманизация образования, то есть преодоление основного порока старой школы – её обезличенности, поворот школы к ребенку, уважение его личности, достоинства, доверие к нему, принятие его личностных целей, запросов и интересов, создание максимально благоприятных условий для раскрытия и развития способностей и дарований ребенка, для его самоопределения.

Гуманизация – это кардинальный пересмотр обществом и педагогикой своего отношения к детям с отклонениями в развитии.

Гуманизация – ключевой момент нового педагогического мышления. Она требует пересмотра, переоценки всех компонентов педагогического процесса в свете их человекообразующей функции.

Основным смыслом педагогического процесса становится развитие ученика. Мера этого развития выступает как мера качества работы учителя, школы, всей системы образования.

В соответствии с данной политикой ГБУ «Лаборатория путешествий» разработала программы, позволяющие школьникам с ограниченными возможностями здоровья познакомиться с миром туризма, реализовать свой личностный потенциал, развить коммуникативные навыки, научиться работать в команде.

Педагогическая целесообразность туристско-краеведческой деятельности обоснована основоположником научной педагогики в России К.Д. Ушинским (1824 – 1971). В своей книге для первоначального классного чтения «Родное слово» (1864) он, придавая большое значение «местному элементу», рассматривал его как одно из важнейших средств наглядности и связи с окружающей жизнью. «Отечественное» -

так определил К.Д. Ушинский эту отрасль знаний. Сегодня туристско-краеведческая деятельность – это активный здоровый отдых и познание и освоение окружающего мира, поэтому путешествие становится наиболее эффективным методом комплексного воспитания подрастающего поколения. Участники образовательной программы – это учащиеся образовательных организаций, которые направляют своих воспитанников на программу для профилактики девиантного поведения. Походные условия в наибольшей степени позволяют погрузить подростка в атмосферу удаленности от комфортных условий, где необходимо проявлять, учиться самостоятельности, ответственности, доверию, коммуникабельности, взаимодействию.

Особенностью реализации ФОМ является возможность корректировки содержательной его части, она может разрабатываться под образовательный запрос его участников. Важным моментом выступает совместная подготовительная работа специалистов со стороны организаторов и участников.

Данная программа разработана для участников с нарушениями слуха и отвечает реальным запросам и потребностям данной категории детей. В рамках программы дети развивают свой лексический запас, расширяют представления о мире, развивают эмоциональную сферу.

Ключевые понятия программы

Метод длительных «активных путешествий», реализуемый в ГБУ «Лаборатории путешествий», предполагает тот факт, что подросток находится далеко от родителей, от их постоянной опеки и привычного устроенного быта. Каждому участнику приходится не только самостоятельно ухаживать за собой, но и думать о благополучии тех, кто рядом. Ежедневно выполняя самые элементарные действия, подросток на собственном опыте убеждается, что он способен быть самостоятельным и успешным. Формирование самостоятельности у современного подростка является очень важной педагогической задачей.

Социализация - процесс усвоения индивидом социальных норм, культурных ценностей и образцов поведения общества, к которому он принадлежит.

Адаптация – процесс приспособления и эффективного взаимодействия организма со средой, который осуществляется на биологическом, психологическом и социальном уровнях.

Структура программы

Программа реализуется в 3 этапа:

Подготовительный этап. Реализуется в течение 2-х занятий, первое проводится на базе образовательного учреждения, второе в формате квеста в парке. Заключается в

мотивации участников программы, психологической и организационной подготовке, формулированию ожиданий от участия в программе. На данном этапе Специалист совместно с педагогическим составом образовательной организации определяют запрос на работу с группой детей, и, соответственно, цель предстоящей работы. Определение цели на работу с группой определяет составление индивидуального учебного плана, который специалист реализует непосредственно во время многодневного путешествия.

Основной этап (непосредственно выезд и совершение путешествия). Реализуется в течение 10 дней на территории республики Карелия. Заключается в психологической, практической, тактической подготовке к активному многодневному пешему путешествию и его совершению, развитию туристических навыков. Реализация индивидуального группового учебного плана во время многодневного путешествия. Составление творческого отчета группы о путешествии и его презентации. Работа по погружению группы в тему ФОМ начинается в поезде посредством бесед и тренингов с использованием притч, сказок, различных ситуаций.

Заключительный этап. Реализуется на базе образовательного учреждения в течение 1 занятия, заключается в подведении итогов участия в мероприятии, определения уровня достижения поставленных целей и дальнейшего применения приобретённого опыта, перспектив развития.

Организационно-педагогические условия

Целью данной программы является социализация, адаптация, развитие личности детей с ограниченными возможностями здоровья

Задачи программы:

– *обучающие:* приобретение элементарных туристских навыков: ориентирования на местности, организация туристского быта, выбора тактики движения на маршруте и других навыков, достаточных для совершения многодневного пешего путешествия, увеличение словарного запаса участников, развитие представлений о мире;

– *развивающие:* развитие творческой активности, эмоционально-чувственной сферы подростков; способности планирования и организации своего времени; образного и критического мышления, способности к самопознанию, саморазвитию, рефлексии; навыки конструктивного взаимодействия в группе; готовности воспринимать критику и конструктивно критиковать;

– *воспитательные:* воспитание патриотических чувств подростков, толерантного и эмпатийного отношения к окружающим, чувства ответственности за свои поступки.

Участники программы - организованные группы детей специальных (коррекционных) образовательных организаций или подразделений, состав группы – 12 человек 10 человек, которых 10 – подростков, 1 Специалист ГБУ «Лаборатория путешествий» и 1 Сопровождающий старше 18 лет (сотрудник образовательной организации или волонтер). Участники группы (подростки) направляются на программу на основании справок об инвалидности, либо заключений ПМПк. Количество групп одного заезда определяется вместимостью детской туристической базы и возможностью безопасной организации соответствующего количества автономных многодневных маршрутов, отвечающих уровню подготовленности групп.

Принципы, лежащие в основе реализации Программы:

- *Принцип связи обучения с практикой* – стимулирование подростков использовать полученные знания в решении практических задач, анализировать и преобразовывать окружающую действительность.
- *Принцип добровольности* (участие в Программе добровольно).
- *Принцип взаимоуважения и сотрудничества* (общение со всеми участниками Программы, персоналом базового лагеря, любыми встречающимися людьми происходит на принципах сотрудничества, уважения к Личности и её особенностям).
- *Принцип самоактуализации* (только собственная активность позволяет получить от Программы ФОМ максимум пользы для личностного развития).
- *Принцип ориентации на достижение успеха* (во время реализации Программы создаётся благоприятная психологическая атмосфера добра, взаимоподдержки, веры в силы каждого участника).
- *Принцип опытного образования* (в основе познания и развития личностных качеств лежит опыт и его осознание, Программа реализуется преимущественно практико-ориентированными методами и формами, мотивирует к осознанию приобретённого опыта).
- *Принцип ориентации на актуализирующий потенциал природной и туристической среды* (природа – это неисчерпаемый источник для разностороннего и естественного развития личности; активное путешествие – это особый образ, стиль жизни, позволяющий познать себя и окружающих).

Формы и методы работы на Программе.

Ведущим методом реализации программы образовательного мероприятия является метод активного путешествия. Наряду с ним активно практикуются технологии

открытого образования, технология коллективное творческое дело и тренинговой групповой работы, наглядные методы, беседы.

Особенность реализации программы ФОМ

В процессе подготовительных занятий у группы появляются списки снаряжения (личного и группового), меню на каждый день похода. Во время путешествия группа из 10 человек двигается по маршруту, которую сопровождает сотрудник ГБУ «Лаборатория путешествий».

Учебный план физкультурно-оздоровительного мероприятия «Первые шаги» включает в себя основные и альтернативные мероприятия. Выбор включения в программу тех или иных альтернативных мероприятий остается за специалистом и руководителем мероприятия, он обусловлен категорией детей, принимающих участие в программе, возрастом, уровнем физической и психологической подготовки. Определение мероприятий, которые специалисту предстоит включить в учебный план во время реализации выездного мероприятия, определяется на подготовительном этапе физкультурно-оздоровительного мероприятия, во время знакомства с детьми в образовательной организации. Во время проведения выездной части программы возможно внесение корректив в учебный план с предварительным согласованием их с руководителем физкультурно-оздоровительного мероприятия.

Ориентированность на запрос школы.

Один из главных принципов работы ГБУ «Лаборатория путешествий» - работа в соответствии с запросом школы. Вместе с Сопровождающим, а также, по возможности, с психологом и социальным педагогом образовательной организации выстраивается и корректируется особое направление, которое будет реализовывать Специалист на выездной части Программы. В примерном плане программы заложено проведение занятий по выбору: 3 туристических, 3 психолого-педагогических. Они выбираются из разработанной методической базы, их содержание соответствует выбранному Специалистом направлению, а также запросу образовательной организации на работу конкретной группы подростков.

Ориентированность на особенности группы

ГБУ «Лаборатория путешествий» обладает огромным опытом проведения программ для ребят с ограниченными возможностями здоровья. Каждая программа разрабатывается специально с учетом возможностей и потребностей группы детей с определенным видом нарушения.

Особенностями работы с детьми с нарушениями слуха является максимальная адаптация материала – для каждого занятия разработаны наглядные пособия, иллюстративный ряд, новые для детей слова представлены на табличках. Просматриваемые видеоролики и фильмы снабжены субтитрами. Туристские занятия не только погружают ребят в мир туризма, но и расширяют их кругозор. Темп занятий адаптирован под скорость восприятия ребятами с нарушениями слуха новой информации. Разработаны специальные тренинги, направленные на развитие рефлексии, самоанализа, чувства доверия, высших психических функций.

3. ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ

Целью данной программы является социализация инвалидов и лиц с ограничениями жизнедеятельности посредством участия в длительных активных путешествиях.

Задачи программы:

обучающие: приобретение элементарных туристских навыков: ориентирования на местности, организация туристского быта, выбора тактики движения на маршруте и других навыков, достаточных для совершения многодневного пешего путешествия;

развивающие: развивать творческую активность, эмоционально-чувственную сферу подростков; способность планирования и организации своего времени; образное и критическое мышление, способность к самопознанию, саморазвитию; навыки конструктивного взаимодействия в группе; готовности воспринимать критику и конструктивно критиковать;

воспитательные: воспитание патриотических чувств подростков, толерантного и эмпатийного отношения к окружающим, чувства ответственности за свои поступки.

Ожидаемые результаты:

В результате участия в Программе «Первые шаги» подростки смогут научиться самообслуживанию, эффективному взаимодействию внутри команды, постановке и достижению целей:

- приобретут элементарные туристические навыки, такие как: ориентирование на местности, организация туристского быта, выбор тактики движения на маршруте и др. навыков, достаточных для совершения многодневного пешего путешествия;
- смогут развить и реализовать на практике творческую активность, образное и критическое мышление, способность к самопознанию, саморазвитию; навыки

конструктивного взаимодействия в группе, толерантного и эмпатийного отношения к окружающим;

– смогут проявить патриотические чувства, выраженные в интересе к родному краю, гордости и бережному отношению к родной природе.

Оценка эффективности результатов Программы:

- анкета входная;
- формулирование запроса от образовательной организации;
- анкета итоговая;
- включенное наблюдение;
- рефлексивные беседы;
- ведение дневника Специалиста;
- «Журнал группы»;
- получение отзыва от образовательной организации по итогам участия в программе

4. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа реализуется в 3 этапа:

Подготовительный этап. Реализуется на базе образовательного учреждения в течение 2-х занятий и 1 занятия на местности (в парке). Заключается в мотивации участников программы, психологической и организационной подготовке, формулированию ожиданий от участия в программе. На данном этапе Специалист совместно с педагогическим составом образовательной организации определяют запрос на работу с группой детей, и, соответственно, цель предстоящей работы. Определение цели на работу с группой определяет составление примерного плана, который специалист реализует непосредственно во время многодневного путешествия.

Основной этап (непосредственно выезд и совершение путешествия). Реализуется в течение 10 дней на территории республики Карелия. Заключается в психологической, практической, тактической подготовке к активному многодневному пешему путешествию и его совершению. Реализация примерного плана во время многодневного путешествия. Составление творческого отчета группы о путешествии и его презентации.

Заключительный этап. Реализуется на базе образовательного учреждения в течение 1 занятия, заключается в подведении итогов участия в Программе, определения

уровня достижения поставленных целей и дальнейшего применения приобретённого опыта, перспектив развития.

СОДЕРЖАНИЕ КАЖДОГО ЭТАПА ПРОГРАММЫ:

I. Подготовительный этап (на базе образовательной организации).

1.1. Погружение в тематику физкультурно-оздоровительного мероприятия «Первые шаги». Презентация деятельности учреждения.

Знакомство группы со специалистом ГБУ «Лаборатория путешествий». Знакомство группы с деятельностью ГБУ «Лаборатория путешествий» (реализуемые программы и мероприятия, этапность участия в различных мероприятиях). Знакомство группы с бытовыми условиями базового лагеря, краеведческими особенностями Карельского края. Погружение группы в тематику Программы «Первые шаги».

Практические занятия

Игры на знакомство «Снежный ком», «Хочешь верь - хочешь проверь», «Я никогда не...», «Хиппи» и др. Демонстрация группе видео-роликов о деятельности ГБУ «Лаборатория путешествий», о ФОМ «Первые шаги». Демонстрация фото-презентации по программе. Сбор ожиданий об участии в программе.

1.2. Занятие «Квест в Московском парке».

Практические занятия.

Ориентирование по схеме по одному из Московских парков. Сбор контрольных пунктов, соотнесение фотографий с заданиями с местностью. Выполнение заданий на этапах (упражнения на логику, командообразование и др.)

1.3. Группообразование. Техника безопасности. Входное анкетирование.

Начало работы специалиста над формированием команды. Обсуждение правил эффективного группового взаимодействия. Знакомство с правилами техники безопасности при передвижении в автобусе, на железной дороге, в походе. Решение организационных вопросов в группе.

Практические занятия.

Упражнения на взаимодействие «Чёрные шнурки», «Построения в цифры и буквы». Упражнения на командообразование «Общий ритм», «Путь во тьме», «Печатная машинка», «Бесшумные тени», «Остров». Заполнение бланков по ТБ при передвижении в автобусе, на железной дороге, в походе. Заполнением Анкеты об ожиданиях участников перед участием в Программе.

II. Основной этап (выезд в Базовый лагерь, проведение многодневного путешествия).

2.1. Занятия по туристской подготовке. Организационные занятия.

2.1.1. Встреча группы в Базовом лагере. Погружение в тему программы «Первые шаги».

Правила поведения участников Программы в Базовом лагере и в походе. Особенности Программы. Условия проживания в Базовом лагере. Знакомство групп с Руководством Программы, Базового лагеря, сотрудниками, работающими на Программе. Погружение в тему программы «Первые шаги».

2.1.2. Техника безопасности в походе.

Вступление (направление деятельности лагеря – возникновение ЧС, значение безопасности). Ситуация: «Я заблудился!». План действий. Безопасность во время движения по маршруту. Особенности одежды в зимнем походе. Питьевая вода, питьевой режим в походе, питание в походе. Костёр и заготовка дров, использование ножей. Сушка вещей у костра. Гигиена и здоровье. Организация туалета в походе. Дикие животные. Походная аптечка. Приём индивидуальных лекарственных препаратов. Значение обуви и рюкзака в походе (мазоли и др.). Безопасность собак. Наличие налобного фонарика. Особенности преодоления водной преграды по льду. Использование мобильного телефона в ЧС. Пожарная безопасность в доме (печь, газ и т.д.).

2.1.3. Личное и групповое снаряжение. Укладка рюкзака. Личное и групповое снаряжение.

Туристический рюкзак. Подвал рюкзака. Клапан рюкзака. Туристическая пенка. Укладка рюкзака. Палатка. Топор. Пила. Костровой тросик. Каны. Тент. При демонстрации элементов рюкзака специалист показывает табличку с соответствующим названием.

Практические занятия

Укладка рюкзака каждым участником группы. Примерка рюкзака. Регуляция каждому участнику рюкзака по спине.

2.1.4. Организация питания в походе. Приготовление обеда.

Знакомство с особенностями питания в походных условиях. Крупы. Этапность закладки продуктов при приготовлении горячих блюд на костре. Алгоритм приготовления обеда на костре.

Практические занятия.

Приготовление обеда в походе.

2.1.5. Составление раскладки на многодневный поход. Упаковка продуктов.

Понятие «раскладка», «меню» в отношении к многодневному походу. Раскладка в пешем, в лыжном походе. Особенности питания.

Практические занятия

Составление раскладки на поход. Упаковка продуктов. Распределением по рюкзакам.

2.1.6. Знакомство с собаками, специальным снаряжением для собак.

Порода «сибирские хаски» и «чукотская ездовая». Особенности работы с собаками, канистерапия. Правила работы с собаками. Походы и экспедиции с северными ездовыми собаками. Сигналы управления собаками во время движения. Законы собачьей стаи.

Практические занятия

Упряжка собак. Индивидуальная, а также упряжка собак в сани. Прогулка с собакой. Отработка сигналов управления собаками. Кормление собак.

2.1.7. Ориентирование на местности.

Понятия «ориентирование», «компас», «азимут», «карта», особенности ориентирования на местности.

Практические занятия.

Ориентирование на территории Базового Лагеря. Умение брать Контрольные пункты по схеме Лагеря.

2.1.8. Спортивный лабиринт.

Ориентирование по схеме.

2.1.9. «Турквест».

Умение брать азимут. Участие в ТурКвесте по территории Лагеря.

Практическая работа

Ориентирование с помощью компаса, закрепление навыков взятия Азимута. Работа по прошедшим темам.

2.1.10. Заготовка дров.

Инвентарь для заготовки дров. Умение отличать сухое дерево от сырого. Основные признаки. Почему не стоит использовать сырое дерево для костра.

Практические занятия.

Валка стоящего дерева. Обучить навыкам работы с двуручной пилой. Транспортировка бревен. Пилка и колка дров.

2.1.11. Занятие 1 по выбору.

Различные занятия туристической направленности, которые специалист заранее подбирает для проведения внутри своей команды из методички для программы «Первые шаги».

2.1.12. Занятие 2 по выбору.

Практические занятия

2.1.13 Занятие 3 по выбору.

Практические занятия

2.2. Занятия психолого-педагогической направленности.

2.2.1. Тренинг «Эмоции».

Практические занятия.

Обсуждение разных видов эмоции. Тренировка демонстрации эмоций во фразах и словах. Обсуждение влияние эмоций на взаимодействие между людьми и восприятие информации.

2.2.2. Синемалогия «Белый плен».

Практические занятия

Просмотр художественного фильма «Белый плен». Актуализация ценности дружбы, ответственности, воли и др. качеств личности. Перенос обсуждаемой темы на походные условия.

2.2.3. Тренинг командообразования «Веровочный курс».

Актуализация понятия «Команда», «командное взаимодействие» посредством участия подростков в испытаниях.

Практические занятия

Упражнения на командообразование «Болото», «Лыжи», «Паутина», «Бревно», «Расходящиеся бревна», «Перекресток», «Шлагбаум», «Клетка» (Педагог проводит 2-3 упражнения во время тренинга на выбор). Рефлексия полученного опыта.

2.2.4. Тренинг «Упражнение Джеффа».

Практические занятия

Обсуждение провокационных ситуаций и вопросов по различным темам: «Время», «Дружба», «Отношения», «Профессия», «Нравственные и моральные качества человека», «Волевые качества», «Целеполагание». Актуализация взглядов участников на различные проблемы. Рефлексия.

2.2.5. Организация рефлексии прожитого дня.

Обсуждение итогов прожитого дня: самые яркие моменты, трудности на маршруте и внутри группы, особенности общения, изменения внутри группы. Улучшение работы группы в отношении управления временем.

Практические занятия

Заполнение «Журнала группы». Заполнение «Карточки Хронометриста». Передача традиции «Лидер дня» (ежедневно).

2.2.6. Создание фотопрезентации. Итоги похода. Творческое выступление команды.

Практические занятия

Отбор совместно со Специалистом фотографий для презентации (70 – 100 шт). В программе Corel Video Studio создание итоговой презентации о результатах похода. Создание творческого номера по результатам путешествия.

2.2.7. Награждение команды по итогам участия в Программе.

Практические занятия

Творческие выступления всех команд. Творческие выступления команды специалистов ГБУ «Лаборатория путешествий». Вручение детям памятных подарков (футболки, банданы с надписью ГБУ «Лаборатория путешествий») и свидетельство об участии в Программе.

2.2.8. Анкетирование по итогам Программы.

2.2.9. Тренинговое упражнение 1 по выбору.

Практические занятия

Различные тренинги, которые специалист заранее подбирает для проведения внутри своей команды. Тренинги, упражнения специалист может взять из методички для программы «Первые шаги». Тренинги должны соответствовать целям, поставленным в своей работе с группой, особенностям группы.

2.1.10. Тренинговое упражнение 2 по выбору.

Практические занятия

2.1.11. Тренинговое упражнение 3 по выбору.

Практические занятия

Заключительный этап (на базе образовательной организации).

3.1. Подведение итогов в выездном мероприятии ФОМ.

Подведение итогов Программы. Результаты участия в ФОМ: личные и групповые достижения. Пролонгация полученного опыта управления временем, планирования деятельности, постановки целей в жизнь.

Практические занятия

Составление творческого «продукта» - коллаж, фотогазета и др. Составление графика – наиболее важных точек на графике путешествия.

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

| № п/п | Наименование разделов | Количество часов | | |
|-------------|--|----------------------|------------------------|-----------------|
| | | Теория | Практика | Всего |
| I. | Подготовительный этап (на базе образовательной организации) | | | |
| 1.1. | Погружение в тематику программы. Презентация деятельности учреждения. Родительское собрание. | 1 час | 3 часа | 4 часа |
| 1.2. | Занятие «Квест в Московском парке». | | 4 часа | 4 часа |
| 1.3. | Группообразование. Техника безопасности. | 1 час | 1 час | 2 часа |
| | Итого | 2 часа | 8 часов | 10 часов |
| II. | Основной этап (выезд в Базовый лагерь, проведение многодневного путешествия) | | | |
| 2.1. | Занятия по туристской подготовке. Организационные занятия. | | | |
| 2.1.1. | Встреча группы в Базовом лагере. Погружение в тему программы «Первые шаги». | 1 час | - | 1 час |
| 2.1.2. | Техника безопасности в походе. | 1 час | - | 1 час |
| 2.1.3. | Личное и групповое снаряжение. Укладка рюкзака. | 20 мин | 40 мин | 1 час |
| 2.1.4. | Организация питания. Приготовление обеда | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.1.5. | Составление раскладки на многодневный поход. Упаковка продуктов. | 30 мин | 2 часа | 2,5 часа |
| 2.1.6. | Знакомство с собаками, специальным снаряжением для собак. | 30 мин | 1,5 часа | 2 часа |
| 2.1.7. | Ориентирование на местности. | 30 мин | 30 мин | 1 час |
| 2.1.8. | Спортивный лабиринт | - | 1 час | 1 час |
| 2.1.9. | Турквест | - | 1 час | 1 час |
| 2.1.10. | Заготовка дров. | - | 1 час | 1 час |
| 2.1.11. | Занятие по выбору 1. | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| 2.1.12. | Занятие по выбору 2. | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| 2.1.13. | Занятие по выбору 3. | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| | Итого | 3 часа 50 мин | 14 часов 10 мин | 18 часов |

| | | | | |
|-------------|--|------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| 2.2. | <i>Занятия психолого-педагогической направленности.</i> | | | |
| 2.2.1. | Тренинг «Эмоции». | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.2.2. | Синемалогия «Белый плен». | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.2.3. | Тренинг командобразования «Веревочный курс». | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.2.4. | Занятие «Тренинг «Джеффа» | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.2.5. | Организация рефлексии прожитого дня. | - | 12 часов | 12 часов |
| 2.2.6. | Создание фотопрезентации. Итоги похода. Творческое выступление. | - | 4 часа | 4 часа |
| 2.2.7. | Награждение команды по итогам участия в программе | - | 2 часа | 2 часа |
| 2.2.8. | Анкетирование по итогам программы | - | 30 мин | 30 мин |
| 2.2.9 | Тренинг, упражнение по выбору 1 | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| 2.2.10 | Тренинг, упражнение по выбору 2 | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| 2.2.11 | Тренинг, упражнение по выбору 3 | - | 1,5 часа | 1,5 часа |
| | <i>Итого</i> | | <i>31 час</i> | <i>31 час</i> |
| III. | Заключительный этап (на базе образовательной организации) | | | |
| 3.1. | Подведение итогов программы | - | 2 часа | 2 часа |
| | <i>Итого</i> | | <i>2 часа</i> | <i>2 часа</i> |
| | <i>ИТОГО</i> | <i>5 часов 50 мин</i> | <i>55 часов 10 мин</i> | <i>61 час</i> |

5. СИСТЕМА БЕЗОПАСНОСТИ

В рамках Программы деятельность участников в большой степени связана с экстремальными ситуациями: новые физические нагрузки, непривычные климатические условия, изолированность от цивилизации. Работа по обеспечению безопасности при прохождении Программы преследует **цели**:

- Не допустить случаев гибели или заболевания Участников Программы, получения ими увечий.
- Не допустить получения Участниками моральных травм.
- Не допустить ущерба имиджу организаторов Программы и нанесения материально-технического ущерба лагерю.

Для того чтобы достичь этих целей, вырабатываются Правила по обеспечению безопасности при прохождении Программы и специальные рекомендации по технике безопасности для каждого конкретного занятия.

Локальные акты, регламентирующие безопасное поведение участников и организаторов на программе.

Для обеспечения безопасности на программе все сотрудники и участники должны соблюдать инструкции по технике безопасности, утверждённые директором ГБУ «Лаборатория путешествий»:

- инструкция №1 «По правилам безопасности при поездках в автобусе»;
- инструкция №2 «По безопасному поведению детей на объектах железнодорожного транспорта»
- инструкция №3 «По технике безопасности при проведении однодневных, многодневных и самостоятельных походов в рамках ФОМ»;
- инструкция №10 «По технике безопасности и правилам поведения детей при проведении выездных мероприятий»;

Нормативно-правовые акты Российской Федерации и города Москвы, регулирующие безопасность на программе.

Безопасность на программе регулируется следующими нормативными правовыми актами Российской Федерации и города Москвы:

- организация питания должна быть осуществлена в соответствии с требованиями СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и обороту способности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья». Дата введения 01.02.2002.

– организация проживания должна быть осуществлена в соответствии с ГОСТ Р 55319-2012 «Услуги средств размещения. Общие требования к специализированным средствам размещения». Дата введения 01.01.2014.

– пожарная безопасность базы должна быть осуществлена в соответствии с требованиями Противопожарного регламента в РФ (Постановление Правительства Российской Федерации от 25 апреля 2012 г. N 390 г. Москва).

– электробезопасность туристической базы должна соответствовать ГОСТ 12.1.019-79 «Электробезопасность. Общие требования и номенклатура видов защиты».

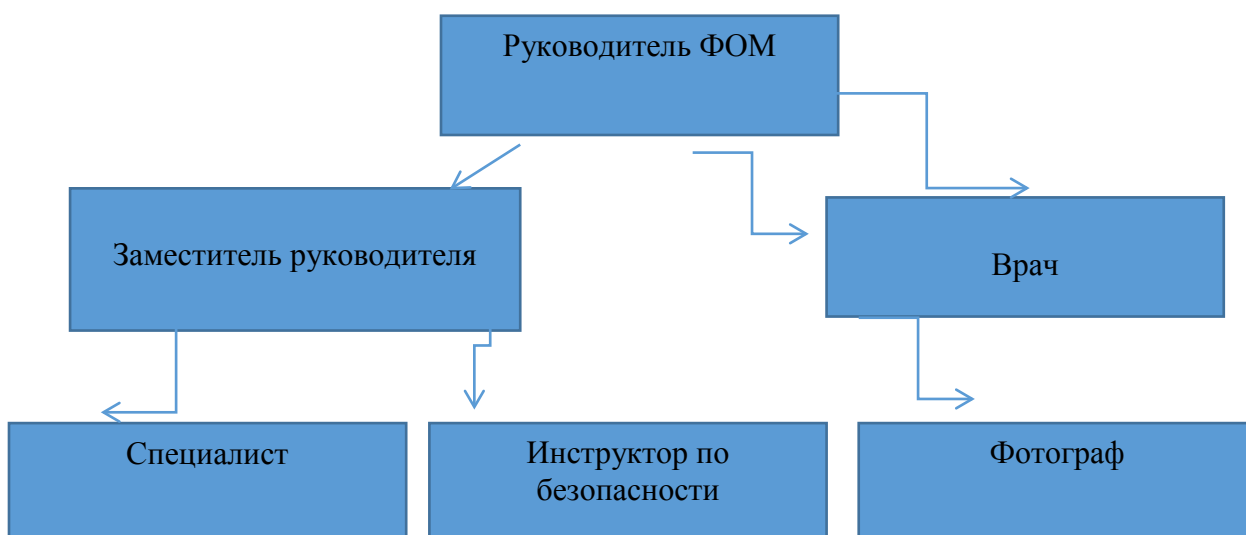
– комплектация группой аптечки должна быть осуществлена в соответствии с требованиями Приказа Минздравсоцразвития России от 05.03.2011 N 169н "Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптечек для оказания первой помощи работникам".

– трансфер участников к месту проведения выездных мероприятий и обратно на железнодорожном транспорте должен быть организован в соответствии с требованиями СП 2.5.3157-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к перевозке железнодорожным транспортом организованных групп детей".

– трансфер участников к месту проведения выездных мероприятий и обратно на автобусах должна быть организована в соответствии с Правилам организованной перевозки группы детей автобусами, принятыми Постановлением Правительства РФ от 17.12.2013 №1177.

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1. Структура управления программой



6.2. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническая база основывается на временных и методических особенностях программы. При выборе базы для проведения занятий необходимо опираться на примерный план занятий.

База должна находиться: в г. Костомукша, или Сегежском, или Муезерском, или Калевальском районах Республики Карелия; на расстоянии не ближе 100 метров от линий высоковольтных электропередач, автомагистралей, железнодорожных путей; в удаленности от населенного пункта не более 10 км, с возможностью оказания при необходимости дополнительной квалифицированной медицинской помощи, в радиусе не более 200 км от железнодорожной станции.

Находясь в базовом лагере, участники должны иметь возможность участвовать в занятиях по туристской подготовке, развивающих тренингах командообразования и личностного роста, практических занятиях по ориентированию и туристской техники, кроме этого совершать пешие и лыжные путешествия продолжительностью от 2 до 4 дней, исходя из содержания программы и погодных условий.

На территории базы должны быть предусмотрены следующие зоны:

- жилая;
- административно-хозяйственная (в том числе для приготовления и приема пищи, для хранения продуктов питания, для хранения снаряжения, лыж и велосипедов, для содержания собак (вольер с сибирскими хаски);
- санитарно-бытовая (душ, баня, санузел);
- рабочая (для проведения учебных занятий в соответствии с учебным планом в зависимости от сезона, проведения тренинговых занятий на командообразование (парк верёвочных тренажёров), проведения теоретических и практических занятий, тренингов).

Каждый участник должен быть обеспечен следующим личным снаряжением:

| Наименование | Характеристика |
|--------------------------|--|
| Спальный мешок | Размер:80x230 см. Внешняя ткань: полиэстер/нейлон. Внутренняя ткань: полиэстер/нейлон. Утеплитель: 2x125 г/м2. Температура комфорта: от 0 С до -25 С, экстремальная температура: в диапазоне от -25 до -30 С. Полный вес от 1200 до 2400 г. |
| Вкладыш в спальный мешок | Мешок из х/б ткани размером, соответствующим размеру спального мешка. |

| | |
|--|--|
| Рюкзак | <p>Масса: от 1,6 до 2 кг.</p> <p>Объем: от 70 до 90 л.</p> |
| Чехол на рюкзак | <p>Чехол должен соответствовать объему предоставляемого рюкзака (от 70 до 90 л.).</p> <p>Основная ткань: Tactel® Nylon 20D Ripstop Si/Si 4000 мм.</p> <p>Плотность материала: 52 г/м²</p> <p>Шнур для утяжки.</p> |
| Теплоизоляционный коврик | <p>Размер не менее: 1800 x 600 x 8 мм.</p> <p>Вес: от 300 до 500 гр.</p> <p>Не пропускает воду.</p> |
| Сиденье туристическое | <p>Материал: пенополиэтилен.</p> <p>На резинке с фастексом.</p> <p>Размер: 35x24x2 см.</p> |
| Треккинговые палки | <p>2 секции с закручивающимся механизмом,</p> <p>Минимальная высота от 70 см. Максимальная высота до 150 см.</p> <p>Вес от 200 до 300гр.</p> |
| Лыжи (в зимний и весенний периоды) | <p>Туристические лыжи, предназначенные для катания коньковым и классическим ходом.</p> <p>Максимальную длину: не более 192 см. Подошва: 45-50 см.</p> <p>Вес от 1,2 до 1,5 кг.</p> <p>Жесткие лыжные крепления.</p> |
| Ботинки лыжные (в зимний и весенний периоды) | <p>В соответствии с креплениями на лыжах и размером ноги ребенка.</p> <p>Температурный диапазон до -25</p> |
| Палки лыжные (в зимний и весенний периоды) | <p>Основной материал: углеволокну/фибергласс или алюминий.</p> <p>Верхний диаметр стержня 16 мм, нижний диаметр 10мм, пластиковая ручка с ремешком-петей.</p> <p>Ростовки: 90-200 см.</p> |
| Фонарь налобный | <p>Количество светодиодов – 1.</p> <p>Световой поток – от 15 до 80 лм.</p> <p>Дальность свечения – от 20 до 35 м.</p> <p>Продолжительность свечения – от 120 до 180 ч.</p> <p>Два режима работы: экономичный режим и режим</p> |

| | |
|---------------|---|
| | <p>максимальной яркости.</p> <p>Переключатель режимов с помощью кнопки.</p> <p>Регулируемый головной ремень.</p> <p>Питание - щелочные или литиевые батареи 3xAAA/LR03.</p> |
| Батарейки AAA | <p>Размер:80x230 см.</p> <p>Внешняя ткань: полиэстер/нейлон.</p> <p>Внутренняя ткань: полиэстер/нейлон.</p> <p>Утеплитель: 2x125 г/м2.</p> <p>Температура комфорта: от 0 С до -25 С, экстремальная температура: в диапазоне от -25 до -30 С.</p> <p>Полный вес от 1200 до 2400 г.</p> |

Каждая группа, принимающая участие в программе, должна быть обеспечена следующим групповым снаряжением:

| Наименование | Характеристика |
|---------------------|--|
| Спутниковый телефон | <p>Вес не более 300 гр, емкость аккумулятора не менее: 2400 мАч, уверенный прием в зоне проведения пешего или лыжного многодневного путешествия</p> |
| GPS навигатор | <p>Поддержка ГЛОНАСС и GPS.</p> <p>Цветной экран не менее 65536 цветов. Разрешение не менее 176x220 пикс.</p> <p>Предустановленные карты района путешествия.</p> <p>Время работы не менее 20 часов.</p> |
| Компас | <p>Тип: жидкостный,</p> <p>Материал: корпуса пластик,</p> <p>Дополнительно: На компасе должны располагаться линейка и лупа.</p> |
| Ремонтный набор | <p>Электропаяльник 60 ватт с большим жалом; канторез; набор режущих файлов; алмазный надфиль плоский; тонкая фторопластовая пленка; наждачная бумага (средняя); маленький коловорот и набор сверл 2, 4, 6 мм; универсальная отвертка с набором различных наконечников; клей эпоксидный, коффикс различный (прозрачный и графитовый); шурупы (мелкие для установки набоек на обувь, желательно с маленькой головкой); мазь лыжная</p> |

| | |
|--|--|
| | (парафин); стеклоткань; пробочки из дерева высотой - 6 мм., длиной 8 мм.; резьбовые футорки для ремонта креплений с набором соответствующих винтов (как правило м 6х10). |
| Палатки от 2-х до 4-х мест (в осенний период, во время пешего путешествия) | Двуслойная, материал – 100% полиэстер, проклеенные швы. Дно: 100% полиэстер основа из алюминиево-дюралевого каркаса. Водостойкость тента не менее 8000 мм в.ст. Водостойкость дна не менее 10000 мм в.ст.. |
| Палатка «Зима» (в зимний и весенний период, во время лыжного путешествия) | Тип конструкции: Шатер. Материал внутр. пал. Nylon Twill. Материал дна: Polytaffeta 190T WR PU. Вес не более 8,5 кг. Материал тента: Polytaffeta 185T (RipStop). WR WP PU 6000 мм. |
| Печка (в зимний и весенний период, во время лыжного путешествия) | Материал: сталь. Размеры корпуса - 380x250x250 мм. Размеры гасителя (экономайзера) - 210x90x100 мм. Размеры трубы в развороте - 250x1500 мм. Размеры поддона - 400x290 мм. Ножка: 4 шт. Размеры в сложенном виде (корпус+поддон) - 400x290x40 мм Вес не более 3,5 кг. |
| Тент | Материал: 100 % полиэстер. Размеры: 6X6 м, 3X4 м. Водостойкость: не ниже 3000 мм. Вес: не более 3600 г. |
| Пила цепная | Длина пилы: от 60 до 80 см. Вес: от 80 до 120 гр. |
| Пила двуручная | Длина пилы: от 80 до 140 см. Вес: от 80 до 300 гр. |
| Топор | Вес: от 0.5 кг до 1 кг. Длина рукояти: от 250 мм до 350мм. |
| Групповая аптечка (количество может быть | Укомплектованная в соответствии с требованиями нормативных документов, указанных в п.7 технического |

| | |
|---|---|
| уменьшено до 1, если это предполагают условия программы, при согласовании с Заказчиком) | задания. |
| Веревка диаметр 10 мм | Веревка динамическая. Соответствие стандартам: ГОСТ Р ЕН 1891-2012. |
| Веревка диаметр 6 мм | Материал: полиамид. |
| Нарты ездовые (в зимний и весенний период, во время лыжного путешествия) | Материал: дерево. Вес: не более 20 кг. Оборудованны якорем стояночным. |
| Упряжь (в зимний и весенний период, во время лыжного путешествия) | Упряжь на 6-8 собак со шлейками. |
| Шлейки для собак | Материал: нейлон. Х-образная модель. Размеры: M, L. |
| Пояс (в осенний период, во время пешего путешествия) | Материал: нейлон. Наличие фастекса и регулируемого ремня. |
| Поводок (в осенний период, во время пешего путешествия) | Материал: нейлон. Наличие карабина. |
| Комплект канов | В каждом комплекте каны на 7 л, 8 л и 10 л. Материал: Нержавеющая сталь. Каны с ручкой, для приготовления пищи на костре. Сертификат соответствия: РОСС RU.АИ16.ВО 3163. |
| Костровое оборудование: тросик с крючками | Тросик стальной с бегунками для цепей не менее 3.5 м. Нейлоновая плоская лента шириной от 5 мм. Длина не менее 4 м. |
| Перчатки трикотажные | Состав - 100% хлопчатобумажное волокно. Покрытие - ПВХ-нанесение. |

| | |
|----------------------|---|
| | <p>Тип покрытия – точка.</p> <p>Манжет – эластичный.</p> <p>Плотность - 4 нити.</p> |
| Доска разделочная | <p>Материал: пластик.</p> <p>Размер: не менее 15x30.</p> |
| Половник | <p>Пригодный для использования при приготовлении пищи в полевых условиях.</p> |
| Терка четырехгранная | <p>Терка четырехгранная.</p> <p>Материал корпуса – нержавеющая сталь, материал ручки - пластик.</p> |

Площадка, для проведения культурно-массовых мероприятий должна располагаться под навесом и быть оснащена следующим:

| Наименование | Характеристика |
|---------------------------------|--|
| Комплект звукового оборудования | <p>Активная акустическая система - 2шт.</p> <p>Мощностью 2кВт.</p> <p>Микшер 3 - канальный с расширенным динамическим диапазоном. Радиомикрофон - 2 шт.</p> <p>Комплект коммутирующих кабелей.</p> |
| Ноутбук | <p>Диагональ/разрешение экрана: не менее 15.6"/1366x768 пикс.</p> <p>Тип процессора: не ниже Core i5 - 4200M 2.5 ГГц.</p> <p>Оперативная память (RAM): не менее 4 ГБ.</p> <p>Наличие портов USB: не ниже версии 2.0, не менее 2-х шт.</p> <p>Наличие DVD-RW оптического привода</p> <p>Объём HDD: не менее 400 ГБ</p> <p>Время автономной работы: не менее 7 часов.</p> <p>Комплект предустановленного ПО:</p> <p>ОС семейства Microsoft не ниже версии 7,</p> <p>Пакет Microsoft Office не ниже версии 2010, видеоредактор.</p> |
| Проектор | <p>Разрешение: 1024 x 768 px.</p> <p>Яркость: 2300 ANSI Lm.</p> <p>Технология: LDP.</p> <p>Контраст: 40000: 1.</p> |

| | |
|---------------------|---|
| | Наличие входов: DVI, VGA, HDMI |
| Экран для проектора | Соотношение сторон: 4:3, Тип экрана: рулонный, Покрытие: Matt White Размер не менее 170x170 см. |
| Принтер | Тип устройства: МФУ, Тип: лазерный/светодиодный, Максимальный формат: А3, Возможность автоматической двусторонней печати: да. Наличие заправленного рабочего картриджа, рассчитанного на печать не менее 2000 страниц. |

Для проведения программы выездных проектов и мероприятий специалистами Заказчика Исполнитель должен предоставить следующие материалы и оборудование в день приезда группы в средство размещения:

| | |
|---|---|
| Набор канцелярских принадлежностей и материалов для художественно-прикладного творчества (данные канцелярские товары и материалы приобретаются индивидуально для каждой группы, исходя из потребностей в канцелярских товарах и материалах текущих групп и расходования предыдущих) | Бумага А4 - 1 пач. Карандаши простые - 12шт. Ластик - 6 шт. Ручки - 12 шт. Фломастеры - 1 пачка (12 цв.) и/или маркеры - 6 шт. Ножницы - 2 шт. Кисти для рисования - 6 шт. Гуашь (6 цв.) - 1 пач. Ватман А0 - 3 шт. Скотч (прозрачный, большой) - 2шт. Цветная бумага - 1 пач. Папка-конверт на молнии А5 - 2 шт Папка-конверт на молнии А4 - 1 шт Клей (40г) - 2 шт. Краски акриловые-1 уп. (не менее 9 цветов в упаковке) Ткань - 50*100 см. |
| Хозяйственные товары (данные товары приобретаются индивидуально для | Туалетное мыло - 2 шт. Хозяйственное мыло 72 % - 2 шт. Губка для мытья посуды с абразивным слоем - 4 шт. Бумага туалетная (двухслойная не менее 20 метров) - 6 шт. |

| | |
|---|---|
| <p>каждой группы, исходя из потребностей в хозяйственных товарах текущих групп и расходования предыдущих)</p> | <p>Губка металлическая (материал: нержавеющая сталь) - 2 шт. Средство для мытья посуды (объем 0,5 л.) - 1 шт. Мусорные мешки (объем не менее 60 л.) - 50 шт. Мусорные мешки (объем не менее 200 л.) - 10 шт. Фасовочные пакеты (толщина от 8 до 10 микрон, размер 30х40 см) - 50 шт. Пищевая пленка (ПВХ или ПЭ, плотность не менее 10 микрон, рулон не менее 50) - 1 шт.</p> |
| <p>Ноутбук</p> | <p>Диагональ/разрешение экрана: не менее 15.6"/1366x768 пикс. Тип процессора: не ниже Core i5-4200M 2.5ГГц. Оперативная память (RAM): не менее 4 ГБ. Наличие портов USB: не ниже версии 2.0, не менее 2х шт Наличие DVD-RW оптического привода Объём HDD: не менее 400 ГБ Время автономной работы: не менее 7 часов. Комплект предустановленного ПО: ОС семейства Microsoft не ниже версии 7, Пакет Microsoft Office не ниже версии 2010, видеоредактор.</p> |
| <p>Фотоаппарат</p> | <p>Влагостойкий, ударопрочный, морозостойкий, от 10 Мегапикселей оптический Zoom 3x (30~90мм/F3.3-5.9), в комплекте с зарядным устройством, в комплекте с картой памяти объемом не менее 16 ГБ и не ниже class 8</p> |
| <p>Вольер с собаками</p> | <p>Собаки породы сибирские хаски и чукотская ездовая. Количество: не менее 20 собак Собаки должны иметь ветеринарные паспорта собак, в т.ч. информацию о своевременной вакцинации.</p> |
| <p>Сертификат наградной</p> | <p>Формат: А4 Бумага: мелованная, глянцевая. Плотность: 220-250 г. Печать: полноцветная, односторонняя. Сертификат по макету Заказчика.</p> |

7. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

7.1. Нормативно-правовые акты

- Федеральный закон Российской Федерации от 30 марта 1999 г. N 52-ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения».
- ГОСТ Р 51185-2014 «Туристские услуги. Средства размещения» Дата введения: 01.01.2016.
- ГОСТ Р 54599–2011 «Услуги средств размещения. Общие требования к услугам санаториев, пансионатов, центров отдыха». Дата введения: 01.07.2012.
- СанПиН 2.4.4.3155-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей». Дата утверждения: 27.12.2013.
- ГОСТ Р 55319-2012 «Услуги средств размещения. Общие требования к специализированным средствам размещения». Дата введения: 01.01.2014.
- ГОСТ Р 54605-2011 «Туристские услуги. Услуги детского и юношеского туризма» Дата введения: 01.07.2012.
- СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборото способности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья». Дата введения 01.02.2002.
- СанПиН 2.3.2. 1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов», утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 6 ноября 2001 года.
- СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества. Гигиенические требования к обеспечению безопасности систем горячего водоснабжения». Дата введения: 01.01.2002.
- Приказ Министерства транспорта Российской Федерации (Минтранс России) от 28 июня 2007 г. N 82 г. Москва «Об утверждении Федеральных авиационных правил "Общие правила воздушных перевозок пассажиров, багажа, грузов и требования к обслуживанию пассажиров, грузоотправителей, грузополучателей»
- Правила организованной перевозки группы детей автобусами, принятыми Постановлением Правительства РФ от 17.12.2013 №1177.
- Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия и безопасности перевозок организованных групп детей автомобильным транспортом (утв. Главным государственным инспектором безопасности дорожного движения РФ и Главным государственным санитарным врачом РФ 21 сентября 2006 г.).

- ГОСТ Р 41.16-2005 «Единообразные предписания, касающиеся: I. Ремней безопасности и удерживающих систем для пассажиров и водителей механических транспортных средств; II. Транспортных средств, оснащенных ремнями безопасности» с поправками и изменениями от 01.07.2006.
- ГОСТ Р 51160-98 «Автобусы для перевозки детей. Технические требования» с поправками и изменениями от 01.01.2009.
- Федерального закона Российской Федерации от 10.12.1995 № 196-ФЗ (ред. от 14.10.2014) «О безопасности дорожного движения» (10 декабря 1995 г.).
- Письмо Министерства Здравоохранения РФ № 2510/9468-03-02 от 21.08.2003 «О предрейсовых медицинских осмотрах водителей транспортных средств»
- Федеральный закон Российской Федерации от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ «О противодействии терроризму».
- Противопожарный регламент в РФ (Постановление Правительства Российской Федерации от 25 апреля 2012 г. N 390 г. Москва).
- ГОСТ 12.1.019-79 «Электробезопасность. Общие требования и номенклатура видов защиты».
- Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Приказ Минздравсоцразвития России от 05.03.2011 N 169-н «Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптек для оказания первой помощи работникам».
- ГОСТ Р 50681-2010 «Туристские услуги. Проектирование туристских услуг»
- ГОСТ Р 54601-2011 «Туристские услуги. Безопасность активных видов туризма». Дата введения: 01.01.2015.
- ГОСТ 32611-2014 «Туристские услуги. Требования по обеспечению безопасности туристов». Дата введения: 01.01.2016.
- СанПиН 2.4.4.3048-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и организации работы детских лагерей палаточного типа».
- Федеральный закон Российской Федерации от 23.02.2013 г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 12 апреля 2011 г. N 302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и

периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда».

– Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 31 января 2011 г. № 51н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».

7.2. Интернет-ресурсы

- <https://vk.com/madutk>;
- <https://vk.com/vojatnik>;
- <http://ped-kopilka.ru/>;
- <http://vozhatiki.ru/>;
- <http://явожатый.рф>;
- <http://survinat.ru/>;
- <http://tourlib.net/>;
- <http://turcentrf.ru/>.

8. ПРИЛОЖЕНИЯ

8.1. ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ ГРУППЫ НА ПРОГРАММЕ (во время выездного мероприятия в Карелии)

| ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ПРОГРАММЫ. | |
|---|--|
| Время | Занятия. Ответственный. |
| 4 ч | Подготовительное занятие в образовательной организации по программе «Первые шаги». Родительское собрание в образовательной организации по программе. <i>Специалист</i> |
| 4ч | Занятие в парке. <i>Специалист</i> |
| 2ч | Второе занятие в образовательной организации. Группообразование. Техника безопасность. <i>Специалист</i> |

| ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОДГОТОВКА ДОКУМЕНТОВ И ГРУППЫ К ВМ. ПОЕЗД. | |
|---|---|
| Время | Занятия. Ответственный. |
| 11.00 – 16.00 | Подготовка методических материалов для работы по Программе ФОМ «Первые шаги». |
| 16.00 - 20.00 | Обзвон родителей Участников – информирование о: необходимых |

| | |
|---|--|
| | документах и вещах, месте и времени встречи, отъезда и прибытия. |
| 20.00 – 23.00 | Встреча Специалиста с Группой на Ленинградском вокзале. Отъезд. Поверка готовности документов, билетов и списков, сухого пайка. Рассадка детей по местам в вагоне поезда. <i>Специалист, Сопровождающий, Ответственный за отправление Групп от ГБУ «Лаборатория путешествий».</i> |
| 23.00 | Отбой. <i>Сопровождающий</i> |
| ВТОРОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД. ПРИЕЗД В БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем, утренние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 13.00 | Игры, беседы с Группой. <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 14.00 | Обед <i>Сопровождающий</i> |
| 14.00 – 15.00 | Занятие «Съедобное-несъедобное» (составление раскладки на три приема пищи). <i>Специалист</i> |
| 15.00 – 17.30 | Настольная игра «В мире собак» <i>Специалист</i> |
| 17.30 – 19.00 | Синемалогия. Обсуждение. <i>Специалист</i> |
| 19.00 – 22.00 | Приезд Групп в Сегежу. Посадка детей в автобусы. Переезд в Базовый Лагерь. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 22.00 – 23.00 | Встреча детских Групп в Базовом Лагере. Знакомство с правилами БЛ, с темой Программы. <i>Руководитель, Директор БЛ.</i> |
| 23.00 – 00.00 | Расселение Групп по Домикам. Знакомство со вторым Инструктором Базового Лагеря. Вечерние процедуры. Отбой. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| ТРЕТИЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ. | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 11.00 | Занятие по Технике безопасности <i>Специалист</i> |
| 11.00 – 13.00 | Занятие с собаками. Знакомство с собаками и специальным снаряжением. Прогулка в лес. <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 15.00 | Обед. Практическое занятие по приготовлению обеда. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> Параллельно: медицинский осмотр <i>Врач</i> |
| 15.00 – 16.00 | Занятие «Укладка рюкзака» <i>Специалист</i> |
| 16.00 – 17.00 | Занятие «Ориентирование на местности» <i>Специалист</i> |
| 17.00 – 18.00 | Тренинг «Эмоции» <i>Специалист</i> |

| | |
|---|---|
| 18.00 – 19.00 | Практическое занятие по приготовлению ужина. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 18.00 – 20.00 | Ужин. <i>Сопровождающий</i> |
| 20.00 – 22.00 | Вечернее мероприятие. Синемалогия. Фильм «Белый плен» <i>Руководитель ОП, Специалист</i> |
| 21.30 – 23.00 | Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 23.00 – 23.30 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 00.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ. | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 09.30 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 09.30 – 11.30 | Тренинг на командообразование «Веревочный курс» <i>Специалист</i> |
| 11.30 – 13.30 | «Лабиринт». «ТурКвест». <i>Специалист</i> |
| 13.30 – 14.30 | Практическое занятие по приготовлению обеда. Готовит Группа под руководством Руководителей. Занятие по организации питания и приготовления обеда. <i>Специалист,</i> |
| 14.30 – 15.30 | Обед. <i>Сопровождающий</i> |
| 15.30 – 16.30 | Тренинг «Эмоции» <i>Специалист</i> |
| 16.30 – 19.00 | Занятие «Организация питания в походе. Составление раскладки на многодневный поход» <i>Специалист</i> Параллельно: горячий душ <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 19.00 – 19.30 | Практическое занятие по приготовлению ужина. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 19.30 – 20.00 | Ужин <i>Сопровождающий</i> |
| 20.00 – 22.00 | Тренинг «Упражнение «Джеффа» <i>Специалист</i> |
| 22.00 – 23.00 | Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 23.00 – 23.30 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 00.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| ПЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВЫХОД НА МАРШРУТ | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 09.30 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 09.30 – 11.00 | Сборы. Выход на маршрут. Проводы группы на маршрут. |

| | |
|--|---|
| | Фотографирование. <i>Специалист, Сопровождающий, Руководитель</i> |
| 11.00 – 13.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 14.00 – 16.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 16.00 – 17.00 | Практические занятия с группой по организации бивуака. <i>Специалист</i> |
| 17.00 – 19.00 | Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с примерным планом. <i>Специалист</i> |
| 19.00 – 21.00 | Практическое занятие с группой по приготовлению еды в походных условиях. Готовит Группа под руководством Руководителей. Ужин. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 21.00 – 22.30 | Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 22.30 – 23.00 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 23.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| ШЕСТОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 13.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 15.00 | Практическое занятие по приготовлению обеда в походных условиях. Готовит Группа под руководством Руководителей. Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 15.00 – 17.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 17.00 – 19.00 | Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с примерным планом. <i>Специалист</i> |
| 19.00 – 20.30 | Практическое занятие с группой по приготовлению еды в походных условиях. Готовит Группа под руководством Руководителей. <i>Специалист</i> |
| 20.30 – 21.00 | Ужин. <i>Сопровождающий</i> |
| 21.00 – 22.30 | Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 22.30 – 23.00 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 23.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| СЕДЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак |

| | |
|--|--|
| | <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 13.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 15.00 | Практическое занятие по приготовлению обеда в походных условиях. Готовит Группа под руководством Руководителей. Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 15.00 – 17.00 | Движение группы по маршруту <i>Специалист</i> |
| 17.00 – 19.00 | Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с примерным планом. <i>Специалист</i> |
| 19.00 – 20.30 | Практическое занятие с группой по приготовлению еды в походных условиях. Готовит Группа под руководством Руководителей. <i>Специалист</i> |
| 20.30 – 21.00 | Ужин. <i>Сопровождающий</i> |
| 21.00 – 22.30 | Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 22.30 – 23.00 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 23.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| ВОСЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ. ВОЗВРАЩЕНИЕ. | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Групп, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 12.00 | Движение группы по маршруту. Возвращение в Базовый Лагерь. <i>Специалист</i> |
| 12.00 – 13.00 | Практическое занятие по приготовлению обеда. Готовит Группа под руководством Руководителей. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 13.00 – 14.00 | Обед <i>Сопровождающий</i> |
| 14.00 – 19.00 | Создание Группой Фотопрезентации, Творческого номера. Анкетирование. Параллельно: горячий душ <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 19.00 – 20.00 | Практическое занятие по приготовлению ужина. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> Ужин. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 20.00 – 20.30 | Ужин <i>Сопровождающий</i> |
| 20.30 – 22.00 | Награждение <i>Руководитель ФОМ, Специалист</i> |
| 22.00 – 23.00 | Подведение итогов программы. Рефлексивная беседа. <i>Специалист</i> |
| 23.00 – 23.30 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 23.30 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |

| ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД. | |
|--|--|
| 07.00 – 08.00 | Подъем Группы, сборы вещей, уборка Домов. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 08.00 – 09.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 13.00 | Отъезд Группы из Базового Лагеря. Передвижение на автобусе до Сегежи. <i>Специалист</i> |
| 13.00 – 14.00 | Посадка Групп в Поезд. Поезд № 091 <i>Специалист</i> |
| 14.00 – 15.00 | Рассадка детей в поезде по местам. Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 15.00 – 17.00 | Синемалогия. Просмотр фильма с последующим обсуждением. <i>Специалист.</i> |
| 17.00 – 20.00 | Ужин <i>Сопровождающий</i> |
| 19.00 – 20.00 | Ужин <i>Сопровождающий</i> |
| 20.00 – 23.00 | Подведение итогов программы ФОМ. <i>Специалист</i> |
| 22.00 - 23.00 | Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i> |
| 23.00 | Отбой <i>Сопровождающий</i> |
| ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ. ПОЕЗД. | |
| 08.00 – 09.00 | Подъем Группы, сборы вещей. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак <i>Сопровождающий</i> |
| 10.00 – 11.00 | Сбор вещей. <i>Сопровождающий</i> |
| 11.00 -12.00 | Прибытие групп на Ленинградский вокзал. Встреча детей родителями. Раздача документов. <i>Специалист, Сопровождающий</i> |
| 10 ч. | Написание отчётной документации по Программе: обработка Анкет, написание писем родителям, отзыва в школу, отчета. <i>Специалист</i> |

| ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПРОГРАММЫ. | |
|-------------------------------------|--|
| Время | Занятия. Ответственный. |
| 4 ч | Третье занятие в ОУ. Подведение итогов программы. <i>Специалист</i> |

8.2. Входящая анкета для участников программы «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

АНКЕТА №1

АНКЕТА УЧАСТНИКА МЕРОПРИЯТИЯ «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

Дата заполнения анкеты: « _____ » _____ 2017

Школа _____

Твоя Фамилия и Имя _____

Дорогой Друг!

Мы рады твоему участию в мероприятии «Первые шаги». Впереди нас ждёт увлекательное путешествие по живописным местам Карельского края, путешествие вместе с верными друзьями – сибирскими хаски. Десять дней и ночей мы проведем в тесной компании. Важно, чтобы эти дни стали максимально продуктивными и полезными, прежде всего, тебе! Именно поэтому важно понимать, для чего ты участвуешь в этой программе, какие цели ставишь для себя. Будем благодарны, если ты искренне ответишь на несколько вопросов!

1. Чего ты ожидаешь от участия в мероприятии «Первые шаги»?

2. Что в связи с предстоящим приключением тебя больше всего радует?

Почему?

3. Что в связи с предстоящим выездом тебя больше всего беспокоит или пугает?

Почему?

4. Что тебе кажется самым простым и легким делом в предстоящем путешествии?

Почему ты так считаешь?

5. Что тебе кажется самым сложным и невыполнимым делом в предстоящем путешествии?

Почему ты так считаешь?

6. Кому из твоей команды ты сможешь довериться в любой ситуации?

Почему ты так считаешь?

7. Под каким девизом ты будешь участвовать в мероприятии?

Спасибо за искренние ответы!
Желаем достижения поставленных целей и настоящих открытий!

8.3. Итоговая анкета для участников программы «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

АНКЕТА № 2

**АНКЕТА УЧАСТНИКА МЕРОПРИЯТИЯ
«ПЕРВЫЕ ШАГИ»**

Дата заполнения анкеты: « _____ » _____ 2017

Школа _____

Твоя Фамилия и Имя _____

Дорогой Друг!

Вот и закончилось твое путешествие по Карелии!

Мы просим тебя поделиться своими впечатлениями о нём и ответить на несколько несложных вопросов, потому что для нас очень важно твое мнение.

1. Оправдались ли твои ожидания по итогам мероприятия? Поделись.

2. Оправдались ли твои опасения по итогам мероприятия? Поделись.

3. Что для тебя было самым трудным в многодневном путешествии?

Кто или что помогло преодолеть тебе эти трудности?

4. Каким новым навыкам в области туризма ты научился?

Где и как тебе пригодится это в дальнейшей жизни?

5. Какие занятия на мероприятии тебе запомнились больше всего?
Почему?

6. Что нового ты узнал о себе за время участия в мероприятии?

О своих друзьях?

7. Хотел бы ты участвовать в других программах и мероприятиях
ГБУ «Лаборатория путешествий»?

«ДА»

«НЕТ»

«НЕ ЗНАЮ»

Если «да», то напиши в каких программах ты принял бы участие?

8. Что бы ты пожелал своим Наставникам?

Спасибо за искренние ответы!