

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА МОСКВЫ «ЦЕНТР ДС ПОЛНИТЕЛЬНОГО 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 »  201  г.



**ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ**

**«ПРОДВИЖЕНИЕ»**

(для детей с нарушением слуха)  
(площадка – респ. Карелия)

2017 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	Информационная карта программы физкультурно-оздоровительного мероприятия	Стр. 3
II.	Пояснительная записка	Стр. 4 - 7
III.	Примерный учебный план физкультурно-оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 8 - 9
IV.	Примерное расписание группы на программе физкультурно-оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 10 – 16
V.	Темы программы физкультурно-оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 17 – 20
VI.	Структура организации программы физкультурно-оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 21
VII.	Материально-техническое оснащение	Стр. 18 - 21
VIII.	Безопасность в программе (локальные акты, регламентирующие безопасное поведение участников и организаторов на программе; Нормативно-правовые акты Российской Федерации и города Москвы, регулирующие безопасность на программе).	Стр. 22 - 23

## I. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ».

<b>НАЗВАНИЕ</b>	«Продвижение» - физкультурно-оздоровительное мероприятие специализированной программы «Лаборатория путешествий»
<b>ЦЕЛИ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- социализация инвалидов и лиц с ограничениями жизнедеятельности посредством участия в длительных активных путешествиях;</li> <li>- пропаганда идей здорового активного образа жизни для детей с ограничениями жизнедеятельности;</li> <li>- привлечение детей и молодых людей в мир активных путешествий по родному краю;</li> <li>- укрепление здоровья участников мероприятия.</li> </ul>
<b>КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ</b>	Физкультурно-оздоровительное мероприятие программы «Лаборатория путешествий» - это серия образовательных выездных мероприятия. Основной метод – метод «активного путешествия».
<b>УЧАСТНИКИ</b>	Инвалиды, включая детей, подростков, молодёжь с инвалидностью, а так же с ограничениями жизнедеятельности, сопровождающие их лица.
<b>КОЛ-ВО УЧАСТНИКОВ</b>	<p>60 чел. – Краснодарский край, 14 дней          60 чел. – республика Карелия, 14 дней          24 чел. – республика Крым, 14 дней</p> <p>Состав группы: 10 детей + 1 сопровождающий (1 сотрудник ОУ или 1 представитель родительской общественности ОУ или 1 волонтер) + 1 сопровождающий (специалист ГБУ «Лаборатории путешествий»).</p>
<b>МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ</b>	г. Москва, Краснодарский край, республика Карелия, республика Крым.
<b>СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ</b>	В течение года.
<b>ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ</b>	Дети, подростки, молодёжь с инвалидностью, а так же с ограничениями жизнедеятельности.
<b>ПРОГРАММА</b>	<p>Каждое мероприятие состоит из трех этапов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовительный этап (проходит в Москве на базе организаций, подавших заявку на участие в программе, парках г. Москвы, включает несколько вводных занятий с участниками, встречу с педагогами и родителями);</li> <li>- основной этап –14 дней (проходит на территории Краснодарского края, республики Карелия, республики Крым, включает проведение тренингов, развивающих и творческих мероприятий, погружение в специально спроектированную среду «ПУТЕШЕСТВИЕ»);</li> <li>- заключительный этап (проходит в Москве, на базе организаций, участвующих в проекте, который заключается в рефлексии деятельности, подведении итогов и выстраивании перспектив развития.)</li> </ul>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

### **Актуальность.**

Способность ребёнка эффективно действовать в любых ситуациях - это важная составляющая в социализации подрастающего человека. Социализация детей, обучающихся в коррекционных учреждениях, чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения в сфере нормальных людей, несформированностью потребности в таком общении, неадекватной самооценкой, негативным восприятием других людей, гипертрофированным эгоцентризмом и склонностью к социальному иждивенчеству. Воспитанники коррекционных учреждений весьма сложно и неумело выстраивают длительные коммуникативные связи, а их стабильность зависит от индивидуальных особенностей. В структурах заболеваемости детей и подростков школьного возраста всё большее значение приобретают социальные и поведенческие факторы. Особенно высок уровень опасных для здоровья поведенческих рисков у подростков, так как, выходя из-под опеки взрослых, они оказываются неподготовленными к ситуациям социального риска. Подобная неподготовленность может проявиться, в неумении избежать вредных привычек, вовремя сказать «нет», даже просто проследить за своим здоровьем.

Для воспитанников старшего возраста обучение и общение являются ведущими видами деятельности, поскольку в их ближайшей судьбе именно коммуникативная компетентность начинает играть основополагающую роль, помогая в профессиональной подготовке и трудовой деятельности. Поэтому специально организованные занятия с детьми смогут существенно дополнить и обогатить имеющийся опыт, станут отличной практикой, позволяющей ребёнку приобрести навыки эффективного общения, научиться ставить задачи для самосовершенствования.

В соответствии с данной политикой ГБУ «Лаборатория путешествий» разработала программы, которые в дуализме форм стационарного лагеря и палаточных бивуаков позволяют школьникам с ограниченными возможностями здоровья познакомиться с миром туризма, реализовать свой личностный потенциал, развивать коммуникативные навыки и базовые социально-бытовые компетентности, научиться работать в команде.

В лагере и походе осуществляется восстановление интеллектуальных, физических, моральных сил воспитанников, оздоровление с использованием природных и экологических факторов, проверка и совершенствование знаний, умений и навыков, полученных детьми в других образовательных программах.

Походы привлекают ребят возможным проявлением самостоятельности, стремлением к самоутверждению, ореолом романтики, возможностью общения в коллективе сверстников. Роль туристического похода в воспитании, развитии, становлении и социализации ребёнка переоценить нельзя. Вводимые в программу элементы «техники безопасности» способствуют еще и обучению воспитанников безопасному поведению в природной среде.

Особенностью реализации проекта 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 ограниченными возможностями по здоровью (нарушением слуха) и отвечает реальным запросам и потребностям данной категории детей. В рамках программы дети усиливают понимание ответственности за свои действия и бездействие, расширяют навыки и умения самоорганизации и самообслуживания, повышают уровень практики в туристических мероприятиях, расширяют представления о мире, развивают эмоциональную сферу.

## **Ключевые понятия программы физкультурно - оздоровительного мероприятия**

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

**Психосоциальная компетентность** – это способность личности отвечать требованиям и задачам, выдвигаемым повседневной жизнью.

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

**Безопасное поведение** – соблюдение участниками программы дисциплины и правил техники безопасности.

### **Структура программы физкультурно-оздоровительного мероприятия**

#### **Программа реализуется в 3 этапа:**

1. *Подготовительный этап.* Реализуется в течение 2-х занятий, первое проводится на базе образовательного учреждения, второе в формате «квеста» в Московском парке. Заключается в мотивации участников программы, формулированию ожиданий от участия в программе, психологической и организационно-содержательной подготовке детей к участию в выездной части. 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.

2. *Основной этап (непосредственно выезд и совершение путешествия).* Реализуется в течение 14 дней на территории республики Карелия. Заключается в погружении в специально спроектированную среду «Путешествие», подготовке к активному многодневному пешему походу 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 образовательного проекта начинается в поезде посредством бесед и тренингов с использованием притч, сказок, различных ситуаций.

3. *Заключительный этап.* Реализуется на базе образовательного учреждения в течение 1 занятия, заклучается 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 образовательных организаций и учреждений I-II вида. Состав группы - 10 человек, плюс один сопровождающий, старше 18 лет из числа педагогической или родительской общественности. 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 образовательного мероприятия добровольно).

– *Принцип взаимоуважения и сотрудничества* (общение со всеми участниками образовательного мероприятия, персоналом базового лагеря, любыми встречающимися людьми происходит на принципах сотрудничества, уважения к Личности и её особенностям).

– *Принцип самоактуализации* (только собственная активность позволяет получить от образовательного мероприятия максимум пользы для личностного развития).

– *Принцип ориентации на достижение успеха* (во время реализации программы образовательного мероприятия 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 физкультурно-оздоровительного мероприятия**

В процессе подготовительных занятий у группы появляются списки снаряжения (личного и группового), меню на каждый день похода. Во время путешествия группа из 11 человек двигается по маршруту, которую сопровождает сотрудник ГБУ «Лаборатория путешествий».

Учебный план программы физкультурно-оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ» включает в себя основные и альтернативные мероприятия. Выбор включения в программу тех или иных альтернативных мероприятий остается за специалистом и руководителем физкультурно-оздоровительного мероприятия, он обусловлен категорией детей, принимающих участие в проекте, возрастом, уровнем физической и психологической подготовки. Определение занятий, которые специалисту

предстоит включить в учебный план во время реализации выездного мероприятия, определяется на подготовительном этапе программы, 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 проекта.

#### **Ориентированность на запрос школы**

Один из главных принципов работы ГБУ «Лаборатория путешествий» - работа в соответствие с запросом школы. Вместе с педагогом образовательного учреждения выстраивается и корректируется особое направление, которое будет реализовывать специалист на выездной части проекта. В учебном плане программы заложено проведение занятий по выбору (3 туристических, 3 психолого-педагогических), они выбираются из разработанной методической базы, их содержание соответствует выбранному педагогом и специалистом направлению.

#### **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.

### III. ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ»

#### Почасовая разбивка учебного курса

№	Наименование разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>I.</b>	<b>Подготовительный этап (на базе образовательной организации)</b>			
1.1.	<i>Первое занятие.</i> Презентация деятельности учреждения. Знакомство. Погружение в тематику образовательной программы.	1 час	1 час	2 часа
1.2.	<i>Второе занятие.</i> «Квест в Московском парке».		8 часов	8 часов
1.3.	<i>Третье занятие.</i> Техника безопасности. Командообразование.	1 час		1 час
			1 час	1 час
<b>Итого:</b>		<b>2 часа</b>	<b>10 часов</b>	<b>12 часов</b>
<b>II.</b>	<b>Основной этап (выезд в Базовый лагерь, проведение многодневного путешествия)</b>			
2.1.	<b><i>Занятия по туристской подготовке. Организационные занятия.</i></b>			
2.1.1.	Занятие в поезде по составлению меню похода	1 час	-	1 час
2.1.1.	Встреча группы в Базовом лагере. Знакомство с правилами Лагеря.	30 мин	-	30 мин
2.1.2.	Техника безопасности в походе.	1 час	-	1 час
2.1.3.	«ЧТЛ» (Что Такое Лагерь)	-	1 час	1 час
2.1.4.	Основы управления велосипедом	30 мин.	1,5 часа	2 часа
2.1.5.	Личное и групповое снаряжение. Укладка рюкзака.	20 мин	40 мин	1 час
2.1.6.	Организация питания. Приготовление обеда	-	1,5 часа	1,5 часа
2.1.7.	Составление раскладки на многодневный поход. Упаковка продуктов.	30 мин	1,5 часа	2 часа
2.1.8.	Знакомство с собаками, специальным снаряжением для собак.	30 мин	1 час	1,5 часа

2.1.9.	Спортивный лабиринт	-	1 час	1 час
2.1.10.	Геокэшинг	-	1,5 часа	1,5 часа
2.1.11.	Ориентирование на местности.	30 мин.	1 час	1,5 часа
2.1.12.	Обеспечение безопасности. Транспортировка пострадавшего	30 мин.	1,5 часа	2 часа
2.1.10.	Топографические знаки.	-	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
	<b>Итого</b>	<b>3 часа 50 мин</b>	<b>14 часов 10 мин</b>	<b>18 часов</b>
<b>2.2.</b>	<b>Занятия психолого-педагогической направленности.</b>			
2.2.1.	Просмотр фильма в поезде. Обсуждение увиденного.	-	2 часа	2 часа
2.2.2.	Тренинг командообразования «Веревочный курс».	-	6 час	6 час
2.2.3.	Организация рефлексии прожитого дня.	-	10 часов	10 часов
2.2.4.	Создание презентации. Итоги похода.	-	4 часа	4 часа
2.2.5.	Подготовка к представлению команды. Визитка	30 мин.	1 час	1,5 часа
2.2.4.	Награждение команды по итогам участия в программе.	-	2 часа	2 часа
2.2.5.	Анкетирование по итогам программы	-	30 мин	30 мин
2.2.6.	Синемалогия «Белый плен»		3 часа	3 часа
2.2.7.	Тренинг «Слушаем, думаем, делаем и говорим ВМЕСТЕ»		1,5 часа	1,5 часа
2.2.8.	Тренинговое упражнение 1	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.9.	Тренинговое упражнение 2		1,5 часа	1,5 часа
2.2.10.	Тренинговое упражнение 3		1,5 часа	1,5 часа
	<b>Итого</b>		<b>28 часов 30 мин</b>	<b>28 часов 30 мин</b>
<b>III.</b>	<b>Заключительный этап (на базе образовательной организации)</b>			

3.1.	Подведение итогов в выездном мероприятии образовательного проекта.	-	2 часа	2 часа
	<i>Итого</i>		<i>2 часа</i>	<i>2 часа</i>
	<b><i>ИТОГО НА ПРОЕКТЕ</i></b>	<b><i>5 часов 50 мин</i></b>	<b><i>54 часа 40 мин</i></b>	<b><i>68 часов 30 мин</i></b>

**IV. ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ ГРУППЫ НА ПРОГРАММЕ  
«ПРОДВИЖЕНИЕ»  
(во время выездного мероприятия в Карелии)**

<b>ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД.</b>	
<i>Время</i>	<i>Занятия. Ответственный.</i>
20.00 – 22.20	Встреча Специалиста с Группой на Ленинградском вокзале. Отъезд в 22.20, поезд № 092. Проверка готовности документов, билетов и списков, сухого пайка. <i>Специалист, Сопровождающий, Ответственный за отправления Групп от ГБУ «Лаборатория путешествий».</i>
22.20 – 23.00	Рассадка детей по местам в вагоне поезда. Вечерний чай. <i>Специалист</i>
23.00	Отбой. <i>Сопровождающий</i>
<b>ВТОРОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД. ПРИЕЗД В БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем, утренние процедуры. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 12.00	Игры на командообразование, беседы с Группой. <i>Специалист</i>
12.00 – 13.00	Занятие «Составление меню похода»
13.00 – 14.00	Обед <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.00 – 15.00	Занятие «Топографические знаки». <i>Специалист</i>
15.00 – 17.30	Просмотр фильма «». Обсуждение.
17.30 – 18.00	Перекус <i>Сопровождающий</i>
18.00 – 19.00	Подготовка к выходу на ст. Сегежа. <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 – 22.30	Встреча детских Групп в Базовом Лагере. Знакомство с правилами Лагеря. <i>Специалист, Директор БЛ, Ведущий специалист.</i>
22.30 – 23.30	Ужин. Медицинский осмотр. <i>Врач</i>
23.30 – 00.00	Заселение Группы на стоянку. Вечерний чай. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
00.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ТРЕТИЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>

10.00 – 11.00	Занятие по Технике безопасности <i>Специалист</i>
11.00 – 12.30	Занятие «Знакомство с собаками и специальным снаряжением». <i>Специалист, Сопровождающий</i>
12.30 – 14.00	Занятие «Подготовка к представлению команды. Визитка»
14.00 – 15.00	Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Занятие «Основы управления велосипедом». Велодром <i>Специалист</i>
17.00 – 17.15	Перекус <i>Сопровождающий</i>
17.15 – 19.15	Тренинг на командообразование «Верёвочный курс - 1» <i>Специалист, Куратор</i>
19.15 – 20.00	Занятие «ЧТЛ» (Что Такое Лагерь – ориентирование в лагере)
20.15 – 21.00	Ужин. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.00 – 22.00	Вечернее мероприятие «Визитка» (творческое) <i>Специалист, Аниматор</i>
22.00 – 23.00	Беседа
23.00 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 12.00	Тренинг на доверие и поддержку «Веревочный курс - 2» <i>Специалист,</i>
12.00 – 13.00	Занятие «Укладка рюкзака. Личное и групповое снаряжение» <i>Специалист</i>
13.00 - 14.00	«Спортивный лабиринт» <i>Специалист</i>
14.00 – 16.00	Обед. Занятие по организации питания и приготовления обеда. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
16.00 – 19.00	Занятие «Организация питания в походе. Составление раскладки на многодневный поход». Упаковка продуктов <i>Специалист</i> Параллельно: баня <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.00 – 20.30	Ужин. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.30 – 21.30	Тренинг «Слушаем, думаем, делаем и говорим ВМЕСТЕ» <i>Специалист</i>
21.30 – 22.30	Беседа «Распределение обязанностей в походе» <i>Специалист</i>
22.30 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай

	<i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ПЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ОДНОДНЕВНЫЙ ПОХОД.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 12.00	Подготовка к однодневному походу (получение продуктов, сдача вещей в камеру хранения, уборка стоянки) <i>Специалист, Сопровождающий</i>
12.00 – 13.00	Однодневный поход. Движение группы на маршруте до стоянки <i>Специалист</i>
13.00 - 14.00	Организация бивуака, заготовка дров, приготовление обеда <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.00 – 15.00	Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 16.30	Занятие «Ориентирование на местности с помощью GPS. Геокэшинг» <i>Специалист</i>
16.30 – 18.00	Занятие «Ориентирование на местности» <i>Специалист</i>
18.00 – 18.15	Полдник <i>Специалист</i>
18.15 – 19.45	Занятие «Флаг группы» <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.45 – 21.15	Занятие «Приготовление пищи в походе» <i>Специалист</i>
21.15 – 22.00	Ужин. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
22.00 – 23.00	Тематическая беседа «Ответственность в походе». <i>Специалист</i>
23.00 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ШЕСТОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ОДНОДНЕВНЫЙ ПОХОД. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Сопровождающий, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 12.00	Занятие «Обеспечение безопасности. Транспортировка пострадавшего» <i>Специалист</i>
12.00 – 14.00	Переход по маршруту к месту обеда <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.00 - 14.30	Обед <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.30 – 15.00	Возвращение в лагерь

	<i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Получение вещей из камеры хранения, получение продуктов на многодневный поход <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 17.15	Полдник <i>Специалист</i>
17.15 – 20.00	Упаковка продуктов, подготовка снаряжения, оформление документов <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.00 – 20.30	Ужин. <i>Специалист</i>
20.30 – 22.00	Подготовка к многодневному походу <i>Специалист, Сопровождающий</i>
22.00 – 23.00	Беседа «Поход - это развлечение или дисциплина?» <i>Специалист</i>
23.00 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>СЕДЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВЫХОД НА МАРШРУТ</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака, сдача вещей в камеру хранения. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак. Сборы. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 10.30	Выход на маршрут. Проводы группы на маршрут. Фотографирование. <i>Специалист, Сопровождающий, Руководитель ОП</i>
10.30 – 13.00	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 19.00	Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с учебным планом. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.00 – 21.00	Организация бивуака. Приготовление ужина под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий,</i>
21.00 – 21.30	Ужин <i>Специалист</i>
21.30 – 22.30	Беседа
22.30 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ВОСЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак. Сборы. <i>Специалист, Сопровождающий</i>

10.00 – 10.30	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 19.00	Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с учебным планом. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.00 – 21.00	Организация бивуака. Приготовление ужина под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий,</i>
21.00 – 21.30	Ужин <i>Специалист</i>
21.30 – 22.30	Беседа «» <i>Специалист</i>
22.30 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак. Сборы. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 10.30	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 19.00	Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с учебным планом. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.00 – 21.00	Организация бивуака. Приготовление ужина под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.00 – 21.30	Ужин <i>Специалист</i>
21.30 – 22.30	Беседа «» <i>Специалист</i>
22.30 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак. Сборы.

	<i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 10.30	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 19.00	Туристские занятия с группой / Педагогические занятия с группой. В соответствии с учебным планом. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.00 – 21.00	Организация бивуака. Приготовление ужина под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.00 – 21.30	Ужин <i>Специалист</i>
21.30 – 22.30	Беседа <i>Специалист</i>
22.30 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ОДИННАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ В БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак. Сборы. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 10.30	Движение группы по маршруту <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Обед. Готовит Группа под руководством Руководителей <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00	Возвращение в лагерь <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 15.30	Медицинский осмотр <i>Врач</i>
15.30 – 16.00	Получение вещей из камеры хранения <i>Сопровождающий</i>
16.00 – 20.00	Баня <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.00 – 20.30	Ужин <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.30 – 22.00	Беседа «Анализ похода» <i>Специалист, Сопровождающий, Куратор</i>
22.00 – 23.00	Подведение итогов дня. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка, приготовление завтрака <i>Специалист, Сопровождающий</i>

09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 12.00	Занятие <i>Специалист</i>
12.00 – 14.00	«Верёвочный курс – 3» <i>Специалист, Сопровождающий, Куратор</i>
14.00 – 15.00	Обед <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 – 17.00	Создание Группой презентации <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.00 – 17.15	Перекус <i>Сопровождающий</i>
17.15 – 19.15	Создание Группой творческого номера. Анкетирование. <i>Специалист, Сопровождающий, Аниматор</i>
19.15 – 19.45	Ужин. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.45 – 21.45	Посвящение. Награждение <i>Руководитель ОП, Специалист, Сопровождающий</i>
21.45 – 23.00	Подведение итогов программы. Рефлексивная беседа. Заполнение Журнала Группы. Вечерний чай <i>Специалист, Сопровождающий, Куратор</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ТРИНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ПОЕЗД.</b>	
08.00 – 09.00	Подъем Группы, сборы вещей, уборка стоянки. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	Завтрак <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 – 13.00	Отъезд Группы из Базового Лагеря. Передвижение на автобусе до Сегежи. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
13.00 – 15.00	Посадка Групп в Поезд. Поезд № 091 <i>Специалист</i>
15.00 – 16.00	Рассадка детей в поезде по местам. Обед. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
16.00 – 17.30	Игры в поезде <i>Специалист</i>
17.30 – 17.45	Перекус <i>Сопровождающий</i>
17.45 – 19.15	Беседа «» в поезде <i>Специалист</i>
19.15 – 20.00	Ужин <i>Сопровождающий</i>
20.00 – 22.00	Подведение итогов <i>Специалист</i>
22.00 - 23.00	Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i>
23.00	Отбой <i>Сопровождающий</i>
<b>ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ. ПОЕЗД.</b>	
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	Прибытие групп на Ленинградский вокзал. Встреча детей родителями. Раздача документов. <i>Специалист, Сопровождающий</i>

## **V. ТЕМА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ПРОДВИЖЕНИЕ»<sup>1</sup>.**

### **1. Подготовительный этап (на базе образовательной организации).**

#### *1.1. Погружение в тематику образовательной программы «ПРОДВИЖЕНИЕ». Презентация деятельности учреждения.*

Знакомство группы со специалистом ГБУ «Лаборатория путешествий». Знакомство группы с деятельностью ГБУ «Лаборатория путешествий» (реализуемые образовательные проекты, этапность участия в различных проектах). Знакомство группы с бытовыми условиями базового лагеря, краеведческими особенностями Карельского края. Погружение группы в тематику образовательной программы «ПРОДВИЖЕНИЕ».

##### *Практические занятия*

Игры на знакомство «Имя-жест», «Черные шнурки». Демонстрация группе видеороликов о деятельности ГБУ «Лаборатория путешествий», об образовательном проекте «ПРОДВИЖЕНИЕ». Демонстрация фото-презентации по программе. Сбор ожиданий участников об участии в образовательной программе (создание «рюкзака ожиданий»).

#### *1.2. Занятие «Квест в Московском парке».*

#### *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 командообразование «Построения в цифры и буквы», «Остров», «Слепой и поводырь». Заполнение бланков по технике безопасности. Заполнение Анкеты об ожиданиях участников перед участием в Программе.

### **2. Основной этап (выезд в Базовый лагерь, проведение многодневного путешествия).**

#### *2.1.1 Встреча группы в Базовом лагере. Погружение в тему программ «ПРОДВИЖЕНИЕ».*

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 образовательной программы «ПРОДВИЖЕНИЕ».

##### *Практические занятия.*

Просмотр видеоролика «15 причин ходить в поход».

#### *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 (мозоли и др.). Безопасность собак. Наличие налобного фонарика. Особенности преодоления водной преграды по льду. Использование мобильного телефона

---

<sup>1</sup> Методические материалы к программе Мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ» для детей с нарушением слуха в Приложении 1.

в ЧС. Пожарная безопасность в доме (печь, газ и т.д.). Разбор правил проводится с использованием картинок, приготовленных для каждого правила техники безопасности.

*2.1.3. 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 и приготовление обеда.*

Алгоритм приготовления завтрака, обеда. Приготовление обеда под руководством специалиста.

*2.1.5. Составление раскладки на многодневный поход. Упаковка продуктов.*

Знакомство с особенностями питания в походных условиях. Крупы. Этапность закладки продуктов при приготовлении горячих блюд на костре. Понятие «раскладка», «меню» в отношении к многодневному походу. Раскладка в пешем, в лыжном походе. Особенности питания.

*Практические занятия*

Составление раскладки на поход. Упаковка продуктов. Распределение 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. Спортивный лабиринт.*

Ориентирование по схеме.

*2.1.8. Турквест. Практические занятия.*

Умение брать азимут. Участие в ТурКвесте по территории Лагеря.

*2.1.9. Ориентирование на местности.*

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

*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.*

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

*2.1.11./ 2.1.12. / 2.1.13. Занятия туристической направленности*

*Практические занятия*

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

*2.2.1. Тренинг командообразования «Веревочный 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» (Специалист проводит 2-3 упражнения во время тренинга на выбор). Рефлексия полученного опыта.

*2.2.2. Организация рефлексии прожитого дня.*

Обсуждение итогов прожитого дня: самые яркие моменты, трудности на маршруте и внутри группы, особенности общения, изменения внутри группы, анализ полученных знаний и навыков.

*Практические занятия*

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

*2.2.3. Создание фотопрезентации. Итоги похода. Творческое выступление команды.*

*Практические занятия*

Отбор совместно со Специалистом фотографий для презентации (70 – 100 шт.). В программе Movie Maker, Pinnacle Studio, Vegas Pro создание итоговой презентации о результатах похода. Создание творческого номера по результатам путешествия.

*2.2.4. Награждение команды по итогам участия в Программе.*

*Практические занятия*

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

*2.2.5. Анкетирование по итогам Программы.*

*2.2.6. Просмотр фильма «Белый плен»*

Просмотр и обсуждение фильма.

*2.2.7. Тренинг «Эмоции».*

Знакомство с названиями эмоций. Распознавание эмоций. Проявление эмоций.

*2.2.8. / 2.2.9. / 2.2.10. Тренинги, упражнения.*

*Практические занятия*

Различные тренинги, которые специалист заранее подбирает для проведения внутри своей команды. Тренинги, упражнения специалист может взять из Методички для Программы «ПРОДВИЖЕНИЕ». Тренинги должны соответствовать Целям, поставленным в своей работе с группой, особенностям группы.

**3. Заключительный этап (на базе образовательной организации).**

**3.1. Подведение итогов в выездном мероприятии образовательного проекта.**

Подведение итогов Программы. Результаты участия в образовательном проекте: личные и групповые достижения.

*Практические занятия*

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

## VI. СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МЕРОПРИЯТИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ»



## VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

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

а. Туристическая база должна находиться:

- в лесной зоне и относительной удаленности от населенных пунктов (не менее 7 км);
- в радиусе 100-200 км. от крупных населенных пунктов с возможностью оказания при необходимости дополнительной квалифицированной медицинской помощи;
- в радиусе 100-200 км. от крупных населенных пунктов с железнодорожными станциями, имеющими сообщение с городом Москва и с дорожным сообщением с местом размещения туристической базы для осуществления трансфера группы из Москвы на туристическую базу и обратно. Удаленность от Ж/Д вокзала не менее 30 км.

Находясь в базовом лагере, участники должны иметь возможность участвовать в обучающих 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 программы мероприятия и погодных условий.

На территории туристической 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 по передвижению на лыжах, проведения тренинговых занятий на командообразование (парк верёвочных тренажёров), проведения теоретических и практических занятий, тренингов).

б. Каждый участник должен быть обеспечен следующим личным снаряжением:

Наименование	Характеристика
Спальный мешок	Размер:80X230 см Внешняя ткань: полиэстер/нейлон Внутренняя ткань: полиэстер/нейлон Утеплитель: 2*125 г/м2 Температура комфорта: от 0 С до -25 С, экстремальная температура: в диапазоне от -25 до -30 С Полный вес от 1200 до 1800 г.
Вкладыш в спальный мешок	Мешок из х/б ткани размером, соответствующим размеру спального мешка
Теплоизоляционный коврик	Размер не менее:1800 X 600 X 8 мм Вес: от 300 до 500 гр. Не пропускающий воду.
Рюкзак	Масса: от 1,6 до 2 кг Объем: от 70 до 90 л

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

Наименование	Характеристика
Компас	
GPS навигатор с закаченными картами района путешествия	Поддержка ГЛОНАСС и GPS. Цветной экран не менее 65536 цветов, разрешение не менее 176x220 пикс. Предустановленные карты района путешествия. Время работы не менее 20 часов
Комплект топографических карт района путешествия с нанесёнными местами возможных мест для организации бивуаков	Масштаб 1:50000, цветная
GPS трекер	Устройство для отслеживания группы на маршруте.
Портативное зарядное устройство	Для использования в качестве внешнего дополнительного аккумулятора мобильных телефонов, фотоаппаратов, навигаторов, трекеров. Позволяющее одновременно заряжать два устройства, способное заряжаться через интерфейс USB с набор переходников для мобильных устройств, емкостью не менее 15000 мАч.
Комплект канов	7л и 9л
Костровое оборудование: тросик с крючками	Тросик стальной с бегунками для цепей не менее 3.5м, нейлоновая плоская лента шириной от 5 мм, длиной не менее 4 м
Половник	Пригодный для использования при приготовлении пищи в полевых условиях
Доска разделочная	Размеры 355x235x7 мм. Материал: полипропилен.

Терка	Ручная, для овощей и фруктов, плоская, изготовленная из металла.
Ремнабор	Разные образцы ткани разного цвета и материала (кордура, кожа, брезент, нейлон) фастекс не менее №10 в количестве не менее 3 штук на группу, изолента.
Палатки 4-х местные	Двуслойная, материал – 100% полиэстер, проклеенные швы; Дно: 100% полиэстер; внешний тент, имеющий пропитку, задерживающую распространение огня; основа из алюминиево-дюралевого каркаса
Тент	100 % полиэстер. Размеры: 4Х6 м, 3Х4 м
Пила двуручная	Длина пилы: от 60 до 80 см Вес: от 80 до 120 гр.
Топор	Вес: от 0.5 кг до 1 кг Длина рукояти: от 250 мм до 350мм
Веревка 10 м, диаметр 10 мм	Веревка динамическая. Соответствие стандартам: EN 892 UIAA
Групповая аптечка	Укомплектованная в соответствии с требованиями нормативных документов, указанных в п.7 технического задания.

d. Каждая группа, принимающая участие в лыжных путешествиях во время выездных мероприятий в весенний, осенний и зимний периоды, должна быть обеспечена следующим снаряжением:

Лыжи	Туристические лыжи, предназначенные для катания коньковым и классическим ходом. Имеют максимальную длину не более 192 см. Широкая 45-50 см, устойчивая подошва, небольшой вес от 1,2 до 1,5 кг. Прогулочный или туристский типы жестких лыжных креплений.
Ремонтный набор	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, желателно с маленькой головкой), мазь лыжная (парафин), стеклоткань, пробочки из дерева 6 мм длиной 8 мм, резьбовые футорки для ремонта вырванных креплений с набором соответствующих винтов (как правило м 6x10).

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

Наименование	Характеристика
--------------	----------------

Комплект звукового оборудования	Активная акустическая система - 2шт. мощностью 2 КВт. Микшер 12-14-канальный микшер с расширенным динамическим диапазоном, двухканальный ревербератор / процессор эффектов 24 бита Микрофон – 2 шт. Стойки – 2шт. Комплект кабелей.
Ноутбук	Диагональ/разрешение экрана: 15.6"/1366x768 пикс, или больше Тип процессора: Core i5-4200M 2.5ГГц Оперативная память (RAM): 4 ГБ
Проектор	Разреш. 1920 x 1080 px Яркость: 2300 ANSI Lm Технология: LCD Контраст: 40000: 1
Экран для проектора	Минимальные размеры 1,5 м x 1,5 м
Принтер лазерный	Принтер для печати раздаточного материала с картриджей, которые рассчитаны на печать не менее 2000 листов.
Фотоаппарат	влагостойкий, ударопрочный, морозостойкий, от 10 Мегапикселей оптический Zoom 3x (30~90мм/F3.3-5.9)
Карта памяти SD	Ёмкость 16 гб.
Набор канцелярских принадлежностей и материалов для художественно-прикладного творчества	Бумага А4 - 1 п. Карандаши простые – 12 шт. Ластик - 4 шт. Ручки - 12 шт. Фломастеры - 2 пачки (12 цв.) и/или маркеры - 12 шт. Ножницы - 2 шт. Кисти для рисования - 4 шт. Гуашь (6 цв.) - 1 п. Акриловые краски (9 цв.) – 1 п. Ватман А0 - 4 шт. Скотч (прозрачный, большой) – 4 шт. Цветная бумага - 2 п. Клей (40г) – 2 шт.
Парк верёвочных тренажёров для проведения тренингов на командообразование	Не менее 12 этапов, расположенных на разной высоте от 1 до 5 метров; Наличие 12 шт. альпинистской обвязки Pletzl PANDION; карабинов – 20 шт.; 12 шт. альпинистских касок; 4 шт. спусковых устройств.
Вольер с сибирскими хаски	Не менее 20 собак породы сибирские хаски и чукотская ездовая. Собаки должны иметь паспорта и иметь необходимые прививки (дата вакцинации не моложе 2014г.)

## VIII. БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРОГРАММЕ.

**а.** 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.

**б.** 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 ЦДО «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 образовательных проектов»;

– инструкция №10 «По технике безопасности и правилам поведения детей при проведении выездных мероприятий»;

**с.** 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 туристической 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 выездного мероприятия 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 выездного 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.