

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

«  »  201  г.



ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ
«ПРОДВИЖЕНИЕ»

(площадка: Республика Карелия, Краснодарский край)

Авторы программы:
коллектив ГБУ «Лаборатория путешествий»

Срок реализации программы:
2018 год

Москва, 2017 год

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	Стр. 3 – 9
2.	ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ	Стр. 10 - 12
3.	ЭТАПЫ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	Стр. 12- 24
4.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ФОМ	Стр. 25 - 32
5.	ПРИЛОЖЕНИЕ	Стр. 33
5.1.	Примерное расписание группы ФОМ «ПРОДВИЖЕНИЕ» (во время выездного мероприятия в Карелии)	Стр. 33-40
5.2.	Примерное расписание группы ФОМ «ПРОДВИЖЕНИЕ» (во время выездного мероприятия в Краснодарском крае)	Стр. 41 - 44
5.3.	Входящая анкета для участников программы ФОМ «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 45 - 46
5.4.	Итоговая анкета для участников программы ФОМ «ПРОДВИЖЕНИЕ»	Стр. 47 - 48

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Педагогическая идея. Особенность реализации программы физкультурно-оздоровительного мероприятия «Продвижение» (далее - ФОМ) состоит в формировании среды, исполняющей реабилитационную функцию и способствующей развитию потенциала инвалидов, включая детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), которая решает задачу общего развития участников программы, прививает им трудовые навыки, формирует основы правильного поведения, обучает самообслуживанию, а также помогает ориентироваться в быту и адаптироваться в обществе.

Основная идея складывается из понимания детьми зависимости, успеха многодневного путешествия от качества подготовки каждого участника группы. На этапе подготовки каждый является гарантом собственной успешности, тем самым обеспечивая успешное путешествие всей группе.

Актуальность. Способность ребёнка эффективно действовать в любых условиях - это неотъемлемая важная составляющая в социализации личности. Социальная адаптация и реабилитация инвалидов, включая детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), обучающихся в коррекционных учреждениях, чрезвычайно затруднена в связи с депривацией социального развития, выраженной, как правило, в отсутствии навыков межличностного общения, несформированностью потребности в подобном общении, неадекватной самооценкой, негативном восприятии других людей, а зачастую – в гипертрофированном эгоцентризме и склонностью к социальному иждивенчеству. Воспитанники коррекционных учреждений весьма сложно и неумело выстраивают длительные коммуникативные связи, стабильность которых зависит от индивидуальных особенностей личности. В нестабильности поведенческих реакций детей и подростков школьного возраста большое значение имеют социальные факторы и личностные отношения. Особенно высок уровень поведенческих рисков, опасных для здоровья, у подростков, так как, выходя из-под опеки взрослых, они оказываются неподготовленными к ситуациям социального риска. Подобная неподготовленность может проявиться в неумении избежать негативных факторов социума, отражённых в формах девиантного поведения, вредных привычек, неспособностью элементарно проследить за своим здоровьем.

В соответствии с психологическими особенностями, для подростков старшего возраста обучение и общение являются ведущими видами деятельности. Это возраст таких качественных новообразований как самооценка, самоопределение, субъектная

позиция личности, сформированность социальных и коммуникативных компетенций. Именно коммуникативная компетентность, как степень соответствия человека требованиям позитивного общения, начинает играть основополагающую роль в развитии и социализации личности, помогая в дальнейшей адаптации, профессиональному самоопределению и трудовой деятельности. Именно 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 саморазвития и самосовершенствования.

Таким образом, на основании выше изложенного, специалистами ГБУ «Лаборатория путешествий» были разработаны программы и мероприятия, которые в дуализме форм базового стационарного лагеря и походных палаточных бивуаков позволяют детям-инвалидам и детям с ОВЗ познакомиться с особенностями туристической деятельности, раскрыть свой личностный потенциал, совершенствовать социально-бытовые компетентности, развивать коммуникативные навыки, научиться сотрудничать и взаимодействовать в команде.

В условиях похода и в условиях палаточного лагеря происходит укрепление и восстановление интеллектуальных, физических, моральных сил участников, включая детей-инвалидов и детей с ОВЗ, оздоровление с использованием природных и экологических факторов, проверка на практике и совершенствование знаний, умений и навыков, полученных подростками в других образовательных программах.

Туристические походы привлекают ребят ореолом романтики, возможностью проявить самостоятельность, неформальным общением в коллективе сверстников, стремлением к самоутверждению. Невозможно переоценить роль туристического похода в воспитании, развитии, социализации и становлении личности ребёнка. Решая комплекс задач, проекты и мероприятия ГБУ «Лаборатория путешествий», способствуют также и обучению школьников, включая детей-инвалидов и детей с ОВЗ, безопасному поведению в природной среде.

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.

Работа *со слабовидящими детьми* представляет собой создание на каждом этапе развития ребенка новых сложных систем связей и взаимоотношений сенсорных, моторных, логических структур, позволяющих воспринимать и исследовать информацию от внешнего мира для адекватного его отражения и поведения в соответствии с условиями жизни и деятельности, социальными и моральными требованиями. Элементами программы с данной группой участников главным образом являются тренинги, упражнения и игры направленные на развитие памяти и образного мышления.

Особенностями работы *с детьми с нарушениями речи* является прояснение нового материала, все незнакомые понятия объясняются специалистом. Программа построена таким образом, чтобы максимально включить участников в активную позицию. Важными элементами являются тренинги, упражнения на развитие коммуникативных навыков.

Программа и маршрут путешествия группы *с нарушениями опорно-двигательного аппарата* выстраивается исходя из физических возможностей группы и рекомендаций к максимальным нагрузкам. Содержание Программы ФОМ построено таким образом, чтобы максимально включить участников в активную позицию, тем самым снизить иждивенческую позицию подростков, повысить их уровень уверенности в себе и способствовать формированию адекватной самооценки. Важными элементами являются тренинги, упражнения на развитие коммуникативных навыков, целеполагание, развитие волевых качеств личности.

Особенностями работы *с детьми с умственной отсталостью* является ориентированность на темп восприятия, все занятия обеспечены наглядными пособиями, большая часть времени занятий отводится на практическую отработку навыков, меньшая – на изучение теории туризма.

Важно отметить, что под каждый вид отклонения и под каждую площадку реализации данного физкультурно-оздоровительного мероприятия разрабатывается индивидуальный учебный план и методическое пособие.

Новизна. Данная программа физкультурно-оздоровительного мероприятия разработана специально для инвалидов, включая детей-инвалидов и детей с ОВЗ, соответствует их возможностям и отвечает реальным запросам и потребностям данной категории детей. В процессе освоения данной Программы дети приходят к осознанному пониманию ответственности за свои действия и бездействие, совершенствуют навыки самоорганизации и самообслуживания, повышают уровень практики в туристических мероприятиях, расширяют кругозор и представление о мире, развивают чувственно-эмоциональное восприятие жизни. В основе реализации данной Программы лежит «Метод активного путешествия», который, предполагает вариативность применения следующих форм путешествий:

- пешие походы;
- пешие походы с собаками породы «сибирский хаски» и «чукотская ездовая»;
- водные походы на катамаранах;
- велопоходы.

В процессе реализации программы физкультурно-оздоровительного мероприятия участники работают в команде и совместно преодолевают возникающие трудности. Все занятия, творческие задания и вечерние мероприятия связаны необходимостью взаимодействия внутри коллектива, проявления личностных качеств. Занятия строятся таким образом, чтобы каждый участник понимал ответственность за свои действия, совершенствовал туристскую подготовку.

Система психолого-педагогических и туристических занятий, а также само путешествие, как один из основных активных методов работы, - все это формирует у детей и подростков умение работать в команде, сотрудничать, решать конфликтные ситуации, совершенствует коммуникативные навыки, развивает самостоятельность, ответственность и доверие. Вся территория базового лагеря используется как площадка для установления гармоничных отношений участников программы физкультурно-оздоровительного мероприятия и природы.

Программа ФОМ «Продвижение» реализуется ГБУ «Лаборатория путешествий» в следующих территориях на площадках: Республика Карелия, и Краснодарский край. Одной из основных особенностей данной программы является ее гибкость и мобильность, возможность адаптации и корректировки содержательной части под индивидуальный запрос его участников.

Понятийный аппарат программы

Активный туризм - метод длительного «активного путешествия», реализуемый в ГБУ «Лаборатория 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.

Базовый лагерь - ограниченная территория с бытовой инфраструктурой, санитарными объектами, оборудованными площадками для занятия спортом, специальными активными тренингами и местами для размещения палаток.

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

Велопоходы – передвижение группы участников при помощи велосипеда.

Водные походы на катамаранах – передвижение группы участников по водоёмам при помощи катамарана.

Катамаран - двухкорпусное судно, корпуса которого соединены сверху мостом палубного типа.

Палаточный бивуак – место ночёвки участников путешествия.

Пеший поход – передвижение группы участников пешком.

Пеший поход с собаками – передвижение группы участников пешком с участием собак.

Социальная реабилитация детей-инвалидов – это процесс усвоения индивидом социальных норм, культурных ценностей и образцов поведения общества, к которому он принадлежит. В результате социальной реабилитации дети-инвалиды могут функционировать в качестве активных субъектов общественных отношений.

Участники. К участию в ФОМ «Продвижение» допускаются группы обучающихся образовательных организаций, подведомственных Департаменту образования г. Москвы, в состав которых входят инвалиды, включая детей – инвалидов и лиц с ограничениями жизнедеятельности. Инвалидность и ограничения жизнедеятельности должны быть подтверждены соответствующими документами и предоставлены организаторам в обязательном порядке. Участники не должны иметь медицинских противопоказаний к участию в ФОМ «Продвижение».

Состав группы ФОМ «Продвижение» 12 человек: 10 детей + 1 сопровождающий (сотрудник образовательной организации или представитель родительской общественности образовательной организации или волонтер) + 1 специалист ГБУ «Лаборатории путешествий».

Возраст участников группы от 12 до 25 лет (незначительные изменения возрастных рамок допускаются при согласовании с Учреждением). Возраст участников определяется по году рождения.

Приоритетное право участия в ФОМ «Продвижение» получают группы обучающихся образовательных организаций, принявшие участие в физкультурно-оздоровительном мероприятии «Открытие2.0»* и физкультурно-оздоровительном мероприятии «Первые шаги».

Процедура отбора участников программы:

На официальном сайте ГБУ «Лаборатория путешествий» размещается информация о программе, график выездов по программе. В образовательные организации Москвы направляются информационные письма о старте образовательного проекта. Образовательные организации направляют в ГБУ «Лаборатория путешествий» предварительные заявки.

Далее с каждой образовательной организацией проводится встреча, в которой участвуют: директор, заместитель директора по воспитательной работе, социальный педагог. По итогам встречи сотрудниками образовательной организации формируется примерный список участников программы, затем проводится педагогический совет по обсуждению состава группы, по итогам совета в ГБУ «Лаборатория путешествий» поступает заявка на участие группы в программе.

Принципы, лежащие в основе реализации программы:

- 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);

* Образовательный проект «Открытие 2.0» ГБУ «Лаборатория путешествий» - это серия двухдневных выездных мероприятий, в которых принимают участие группы учащихся образовательных организаций. Ключевая тема проекта – командообразование в детском коллективе. Участники проекта проходят серию командных тренингов на нижнем и высотном курсе верёвочного парка и тематические занятия, делающие акцент на ценность каждой личности и команды в целом. По итогам участия детей в проекте специалистами ГБУ «Лаборатория путешествий» и сотрудниками образовательных организаций формируются группы для участия в более длительных и сложных проектах и программах ГБУ «Лаборатория путешествий», например, ФОМ «Первые шаги».

- Принцип самоактуализации (только собственная активность позволяет получить от программы 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).

Ведущим методом реализации программы образовательного мероприятия является метод активного путешествия. Наряду с ним активно практикуются технологии открытого образования (творческая мастерская), технология КТД, наглядные методы, беседы.

Формы и методы работы.

Ведущим методом реализации программы образовательного мероприятия является метод «активного путешествия». Наряду с ним практикуются технологии открытого образования, технология коллективное творческое дело и тренинговой групповой работы. Наглядные методы, беседы.

Ориентированность на запрос школы

Один из главных принципов работы ГБУ «Лаборатория путешествий» - работа в соответствии 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 (2 туристических, 4 психолого-педагогических), они выбираются из разработанной методической базы, их содержание соответствует выбранному педагогом и специалистом направлению.

2. ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ

Целью данного физкультурно-оздоровительного мероприятия является социальная адаптация и реабилитация инвалидов, включая детей-инвалидов и детей с ОВЗ, посредством участия в активных путешествиях.

Задачи:

обучающие: формирование понятий «Гармония», «Природа», «Ответственность»; изучение способов взаимодействия в коллективе; приобретение практических социально бытовых навыков, понимание принципов правильной организации своего быта и досуга; освоение и совершенствование элементарных туристских знаний: ориентирование на местности, организация туристского бивуака, выбор тактики движения на маршруте и др., достаточных для совершения многодневного пешего или водного или велопохода;

развивающие: развивать творческую активность, эмоционально-чувственную сферу подростков; аналитическое, образное и критическое мышление, способность к самопознанию, саморазвитию; навыки конструктивного взаимодействия в группе;

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

Ожидаемые результаты. Каждый участник физкультурно-оздоровительного мероприятия приобретёт:

- навыки конструктивного взаимодействия в коллективе;
- понимание принципов правильной организации своего быта и досуга;
- опыт безопасной жизнедеятельности в экстремальных условиях;
- новые туристские знания;
- опыт участия в творческой деятельности и общественной жизни.

У каждого участника будет возможность применить на практике полученные знания, вести здоровый образ жизни: соблюдать режим дня и питания, быть физически активным, закалять тело и дух, вне зависимости от профиля заболевания, включая детей-инвалидов и детей с ОВЗ.

Сам факт нахождения детей-инвалидов и детей с ОВЗ в живописной природной среде гармонизирует внутреннее состояние личности ребенка, оказывает терапевтическое воздействие, обеспечивает развитие эмоционально-чувственного восприятия мира и эстетического вкуса.

В результате участия детей в физкультурно-оздоровительном мероприятии закрепляются и развиваются позитивные качества личности, такие как: уравновешенность, жизнерадостность, открытость, доверие, коммуникабельность, сопереживание, ответственность, уверенность в себе, трудолюбие.

Критерии и способы оценки качества реализации программы

Оценка качества реализации программы осуществляется по трём критериям:

- уровень достижения заявленных в программе результатов;
- уровень удовлетворённости подростков от участия в программе;
- качество организуемой деятельности.

Оценка уровня достижения заявленных в программе результатов осуществляется двумя способами:

- 1) Подготовка итоговой презентации об участии группы в программе.

Во время проведения выездного мероприятия программы участники осуществляют фото и видеосъёмку всех этапов реализации командного проекта. Просмотр итоговой презентации даёт информацию о качестве реализации проекта.

- 2) Ведение специалистом ГБУ «Лаборатория путешествий» дневника педагогического наблюдения на всех этапах проведения программы. В дневнике представляется информация, дающая представление о том, как в ходе программы изменилось поведение подростков и отношения между участниками внутри группы, о том какие выводы подростки сделали по итогам программы, о том насколько активно они высказывали своё мнение на разных этапах программы, научились ли воспринимать критику и давать объективную оценку своим и поступкам других участников группы.

Результаты педагогического наблюдения отображаются в отзыве в образовательную организацию и в письме родителям, которые составляется по итогам программы. Это даёт возможность поделиться успехами и достижениями подростков с их ближайшим окружением: родителями и педагогами.

Уровень удовлетворённости подростков от участия в программе осуществляется тремя способами:

На подготовительном этапе мероприятия специалистом ГБУ «Лаборатория путешествий» проводится ознакомительное занятие, в ходе которого подростки знакомятся с программой, маршрутом путешествия, местом, где будет проходить выездное мероприятие программы. По итогам занятия проводится вводное анкетирование участников, с целью выявления ожиданий и опасений от программы. (см. Приложение) На заключительном этапе по завершению выездного мероприятия

проводится итоговое анкетирование, которое даёт представление о том, насколько оправдались ожидания и опасения от программы, что дала программа участникам, с какими эмоциями они завершают участие в программе. (см. Приложение) Анализ вводного и итогового анкетирования даёт представление об уровне удовлетворённости подростков от участия в программе.

Проведение анализа публикаций и постов детей в социальных группах ГБУ «Лаборатория путешествий».

Проведение онлайн-анкетирования родителей по итогам проведения программы.

Качество организуемой деятельности осуществляется через проведения контроля качества работы специалиста с группой: анализа дневника педагогического наблюдения, фотоматериалов, итоговой презентации группы. Разработаны бланки оценки качества работы специалиста с группой, которые заполняют: руководитель программы, сопровождающий группы от образовательной организации и инструктор по безопасности базового лагеря.

Из опыта проведения подобных программ специалистами ГБУ «Лаборатория путешествий», можно сделать следующие выводы: Вследствие участия в программе ФОМ участники приняли идеи здорового и активного образа жизни, а также стали проявлять интерес к путешествиям по родному краю. За время участия в мероприятии дети окрепли физически, а их психологическое состояние стало более стабильным. Развитие социально значимых компетенций и личностных качеств участников удалось реализовать путем погружения в спроектированную среду «Путешествие».

3. ЭТАПЫ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа реализуется в 3 этапа:

1. *Подготовительный этап.* Реализуется в течение 3-х занятий, два из которых проводятся на базе образовательного учреждения. 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 ГБУ «Лаборатория путешествий», 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 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, Краснодарского края. Заключается в погружении в специально спроектированную среду «ПУТЕШЕСТВИЕ», подготовке к активному многодневному походу и его совершению, развитии туристических навыков. Реализация индивидуального группового учебного плана во время многодневного похода. Составление творческого отчета группы о походе и его презентации. Работа по погружению группы в тему ФОМ «Продвижение» начинается с первого занятия посредством бесед и тренингов с использованием притч, сказок, моделировании различных ситуаций, способствующих процессу социальной реабилитации.

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

ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ГРУППЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ» (в Республике Карелия)

Почасовая разбивка учебного курса, специфика программ – водное и пешее путешествие (различия в темах программ указаны курсивом).

№	Наименование разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
I.	Подготовительный этап (на базе образовательной организации)			
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.	1 час		1 час
	Командообразование.		1 час	1 час
Итого:		2 часа	10 часов	12 часов
II.	Основной этап (выезд в Базовый лагерь, проведение многодневного путешествия)			
2.1.	<i>Занятия по туристской подготовке. Организационные занятия.</i>			
2.1.1	Занятие «Техника безопасности»	1 час	-	1 час

2.1.2	Занятие «Сборка катамарана» (*для водного путешествия)	30 мин	3,5 часа	4 часа
2.1.2	Занятие «Знакомство с собаками» (*для групп пешего путешествия)	-	2 часа	2 часа
2.1.3	Занятие «Основы управления велосипедом»	20 мин	70 мин	1,5 часа
2.1.4	Занятие «Заготовка дров»	30 мин	75 мин	1 час 45 мин
2.1.5	Занятие «Основы управления катамараном»	30 мин	1,5 часа	2 часа
2.1.6	Занятие «Ориентирование в лагере»	30 мин	75 мин	1 час 45 мин
2.1.7	Занятие «Техника работы с собакой» (*для водного путешествия)	30 мин	1,5 часа	2 часа
2.1.7	Занятие «Техника работы с собакой» (*для пешего путешествия)	30 мин	3,5 часа	3,5 часа
2.1.8	Занятие «Ориентирование на местности с помощью GPS. Геокешинг»	30 мин	1 час	1,5 часа
2.1.9	Занятие на воде «Обеспечение безопасности. Страховка и самостраховка» / Занятие на берегу «Обеспечение безопасности. Страховка спасконцом» (*для водного путешествия)	20 мин	70 мин	1,5 часа
2.1.9	Занятие «Ориентирование на местности» (*для пешего путешествия)	20 мин	70 мин	1,5 часа
2.1.10	Занятие «Приготовление пищи в походе»	30 мин	1 час	1,5 часа
2.1.11	Занятие на воде «Основы управления катамараном. Фигурная гребля» (*для водного путешествия)	30 мин	1 час	1,5 часа
2.1.11	Занятие «Транспортировка пострадавшего» (*для пешего путешествия)	30 мин	1 час	1,5 часа
2.2.12	Возможные маршруты водных путешествий и пеших путешествий. Движение по маршруту.	-	40 час	40 час
2.2.13	Занятие по выбору 1.	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.13	Занятие по выбору 2.	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.13	Занятие по выбору 3.	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.13	Занятие по выбору 4.	-	1,5 часа	1,5 часа
	Итого	5 часов 40 мин	60 часов 20 мин	66 часов
2.2.	Занятия психолого-педагогической направленности.			

2.2.1	Тренинговое занятие на командообразование «Веревочный курс – 1»	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.2	Тренинговое занятие на командообразование, формирование доверия и ответственности «Веревочный курс – 2»	-	2 часа	2 часа
2.2.3	Тренинговое занятие «Веревочный курс – 3»	-	2 часа	2 часа
2.2.4	Тематическая беседа «Правила»	-	1 час	1 час
2.2.5	Тематическая беседа «Распределение обязанностей в походе»	-	1 час	1 час
2.2.6	Тематическая беседа «Ответственность»	-	1 час	1 час
2.2.7	Занятие «Флаг группы»	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.8	Организация рефлексии прожитого дня.	-	17 часов	17 часов
2.2.9	Создание фотопрезентации. Итоги похода. Презентация социального проекта. Творческое выступление.	-	3 часа	3 часа
2.2.10	Награждение команды по итогам участия в программе	-	2 часа	2 часа
2.2.11	Анкетирование по итогам программы	-	30 мин	30 мин
2.2.12	Тренинговое упражнение 1	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.13	Тренинговое упражнение 2		1,5 часа	1,5 часа
2.2.14	Тренинговое упражнение 3		1,5 часа	1,5 часа
2.2.15	Тренинговое упражнение 4	-	1,5 часа	1,5 часа
2.2.16	Тренинговое упражнение 5		1,5 часа	1,5 часа
2.2.17	Тренинговое упражнение 6		1,5 часа	1,5 часа
	Итого		47 часов 30 мин	47 часов 30 мин
III.	Заключительный этап (на базе образовательной организации)			
3.1.	Подведение итогов в выездном мероприятии образовательного проекта.	-	2 часа	2 часа
	Итого		2 часа	2 часа

	ИТОГО НА ПРОЕКТЕ	7 часов 40 мин	119 часов 50 мин	127 часов 30 мин
--	-------------------------	-----------------------	-------------------------	-------------------------

СОДЕРЖАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ» (в Республике Карелия)

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»).

1.1. Занятие «Квест в парке».

Основы ориентирования в парке. Командное взаимодействие на этапах.

1.2. 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).

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

1.2.2. Занятие «Сборка катамарана»¹

Знакомство Группы со специальным снаряжением для водного похода (каска, спасжилет, гермомешок, весло, спасконец). Демонстрация собранного катамарана. Обсуждение основных характеристик катамарана как водного судна для совершения путешествий.

Практические занятия.

Сборка катамаранов (2 катамарана). Подгонка личного специального снаряжения.

2.1.2. Занятие «Знакомство с собаками»².

Знакомство в вольере с собаками породы «сибирский хаски» и «чукотская ездовая». Рассказ про особенности породы, историю данной породы и ездовых видов спорта. Рассказ про правила взаимодействия с собакой в условиях путешествия, команды. Рассказ про взаимоотношения собак между собой. Правила техники безопасности.

Практические занятия.

Обучение правилам использования специального снаряжения. Выбор собаки для дальнейшей совместной работы в условиях путешествия в рамках программы.

2.1.3. Занятие «Основы управления велосипедом»

¹ Для водных путешествий.

² Для пеших путешествий с собаками.

Принципы управления велосипедом. Знакомство Группы с трасов велодрома, с препятствиями - колея, упавшее дерево, и т. п., обсуждение способов преодоления препятствий.

Практические занятия.

Комплекс общеразвивающих упражнений для подготовки Участников к тренировке на велосипеде. Фигурное вождение. Прохождение полосы препятствий.

2.1.4. Занятие «Заготовка дров»

Инвентарь для заготовки дров. Техника безопасности при использовании топора и пилы. Знакомство с техникой колки 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.

2.1.5. Занятие «Основы управления катамараном»

Знакомство Участников Группы с техникой безопасности при занятиях на воде. Обсуждение правил транспортировки катамарана по берегу, проверка спасжилетов и касок у каждого члена Группы.

Практические занятия

Упражнения на суше для обучения Группы правильной посадке на катамаране. Упражнения на воде для отработки прямых и обратных гребков. Распределение Участников на катамаране.

2.1.6. Занятие «Ориентирование в лагере»

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

Практические занятия

Ориентирование в «Лабиринте». Умение брать азимут. Участие в ТурКвесте по территории Базового Лагеря.

2.1.7. Занятие «Техника работы с собакой»

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

Прогулка с собакой. Отработка сигналов управления собаками. Кормление собак.

2.1.8. Занятие «Ориентирование на местности с помощью GPS. Геокешинг»

Вводная беседа об истории появления GPS, принципе работы GPS и ГЛОНАСС. Что такое «Геокешинг».

Практические занятия.

Обучение Группы работе с навигатором: включение, выключение навигатора, прием сигнала. Меню навигатора: маршрутный компьютер. Работа с картой - масштаб, изменение масштаба, условные обозначения. Квест с поиском клада и определением координат при помощи навигатора.

2.1.9. Занятие на воде «Обеспечение безопасности. Страховка и самостраховка» / Занятие на берегу «Обеспечение безопасности. Страховка спасконцом»

Вводная беседа об общих принципах обеспечения безопасности в водном походе, привязка их к конкретным ситуациям. Перечисление и объяснение основные принципов обеспечения безопасности в Программе. Подготовка к занятиям на воде.

Практические занятия.

Комплекс общеразвивающих упражнений. Обучение приемам самостраховки на воде: плавание в спасжилете, падение с катамарана и выход на него. Управление перевернутым катамараном: выход на перевернутый катамаран, обучение приемам страховки, транспортировка перевернутого катамарана другим катамараном.

2.1.10. Занятие «Приготовление пищи в походе».

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 водном путешествии. Особенности питания.

Практические занятия.

Создание меню (раскладки) на многодневное путешествие с цикличностью в 6 дней. Приготовление горячего питания в походных условиях с целью отработки полученных знаний.

Занятие на воде «Основы управления катамараном. Фигурная гребля»³

Вводная беседа о должностных обязанностях на судне (матросы и капитан). Перечисление управляющих гребков (дугобразный, притяжение, зацеп, комбинированный).

Практические занятия.

³ Для водных путешествий.

Комплекс общеразвивающих упражнений. Совершенствование техники прямого и обратного гребка. Обучить дугообразному гребку и контргребку. Обучение технике притяжений. Развитие умения управления катамараном.

2.1.11 Занятие «Транспортировка пострадавшего»⁴.

Изготовление носилок (различные техники). Правила переноса пострадавшего. Правила оказания первой медицинской помощи.

Практические занятия.

Условное оказание первой медицинской помощи пострадавшему. Изготовление носилок. Преодоление препятствий вместе с пострадавшим.

2.1.11. Занятие по туризму № 1 (в соответствии с учебным планом).

2.1.12. Занятие по туризму № 2 (в соответствии с учебным планом).

2.1.13. Занятие по туризму № 3 (в соответствии с учебным планом).

2.1.14. Занятие по туризму № 4 (в соответствии с учебным планом).

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

2.2. Занятия психолого-педагогической направленности.

2.2.1. Тренинг командообразования «Веревочный курс» 1.

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. Тренинговое занятие на командообразование, формирование доверия и ответственности «Веревочный курс – 2»

Актуализация понятия «ответственность», «доверие», «взаимопомощь». Обсуждение техники безопасности при проведении упражнений. Обсуждение особенностей страховки Участников.

Практические занятия.

Упражнения: «Ромб», «Расходящиеся бревна», «Маятник», «Встречный маятник». Рефлексия полученного опыта.

2.2.3. Тренинговое занятие «Веревочный курс – 3»

⁴ Для пеших путешествий.

Обсуждение результатов командного взаимодействия во время многодневного путешествия. Обсуждение техники безопасности при проведении упражнений. Обсуждение особенностей страховки Участников.

Практические занятия.

Упражнение «Ящики». Рефлексия полученного опыта.

2.2.4. Тематическая беседа «Правила».

Практические занятия.

Обсуждение понятия «правила», необходимости правил в жизни каждого человека. Обсуждение и выработка правил группового взаимодействия.

2.2.5. Тематическая беседа «Распределение обязанностей в походе».

Практические занятия.

Обсуждение различных обязанностей в походных условиях. Актуализация и обсуждение необходимости разделения обязанностей в Группе в походе. Разделение групп обязанностей среди Участников.

2.2.6. Тематическая беседа «Ответственность».

Практические занятия.

Актуализация понятия «ответственность», обсуждение жизненных поступков Участников Группы, сравнение понятий «ответственность» и «безответственность». Обсуждение необходимости ответственного отношения в походных условиях за общее дело. За результат команды, друг за друга.

2.2.7. Занятие «Флаг группы».

Обсуждение понятия «флаг» и его роли в команде. Возвращение к идее флага в средневековые времена.

Практические занятия.

Творческие разминки. Создание макета флага Группы. Создание флага Группы.

2.2.8. Организация рефлексии прожитого дня.

Практические занятия

Обсуждение итогов прожитого дня: самые яркие моменты, трудности на маршруте и внутри группы, особенности общения, изменения внутри группы. Особенности реализации социального проекта: результаты работы. Заполнение «Журнала группы». Передача традиции «Лидер дня» (ежедневно).

2.2.9. Создание фотопрезентации. Итоги похода. Презентация социального проекта. Творческое выступление.

Практические занятия

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

2.2.10. Награждение команды по итогам участия в программе.

Практические занятия

Творческие выступления все команд. Творческое выступление команды специалистов ГБУ «Лаборатория путешествий». Вручение детям памятных подарков и свидетельств об участии в Программе.

2.2.11. Анкетирование по итогам программ.

2.2.12. Тренинговое упражнение № 1.

2.2.13. Тренинговое упражнение № 2.

2.2.14. Тренинговое упражнение № 3.

2.2.15. Тренинговое упражнение № 4.

2.2.16. Тренинговое упражнение № 5.

2.2.17. Тренинговое упражнение № 6.

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

3. Заключительный этап (на базе образовательной организации).

а. 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.

Подробное Примерное расписание работы группы по программе ФОМ во время выездного мероприятия в Республике Карелия представлено в Приложении 6.2, в Краснодарском крае – Приложение 6.3.

Безопасность в программе.

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.

Для обеспечения безопасности 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 образовательных проектов»;
- инструкция №10 «По технике безопасности и правилам поведения детей при проведении выездных мероприятий»;
- инструкция № 13 «По безопасному поведению детей во время участия в занятиях по скалолазанию».

Нормативно-правовые акты Российской Федерации и города Москвы, регулирующие безопасность во время реализации программы.

Безопасность 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 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 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.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ФОМ

4.1. Структура управления программой ФОМ



4.2. Кадровое обеспечение

Реализация программы осуществляется ГБУ «Лаборатория путешествий» в сотрудничестве с партнёрами: образовательными организациями системы ДОГМ и базовыми лагерями, расположенными в республике Карелия и Краснодарском крае.

Руководит программой – ведущий специалист ГБУ «Лаборатория путешествий». Работу с каждой группой осуществляют: специалист ГБУ «Лаборатория путешествий», педагог образовательной организации и на основном этапе к ним присоединяется инструктор по безопасности туризма базового лагеря. Безопасность обеспечивается также специалистом по безопасности ГБУ «Лаборатория путешествий» и медицинским работником базового лагеря. Информационное освещение событий программы – специалист по связям с общественностью ГБУ «Лаборатория путешествий».

Кадровое обеспечение программы:

- руководитель программы;
- руководитель группы (специалист ГБУ «Лаборатория путешествий»);
- сопровождающий группы (педагог образовательной организации);
- медицинский работник;
- специалист по безопасности ГБУ «Лаборатория путешествий»;

- специалист по связям с общественностью ГБУ «Лаборатория путешествий».

С образовательными организациями системы ДОГМ заключается договор о взаимодействии по реализации данной программы. Педагог, сопровождающий группу (далее - Педагог), направляется приказом директора образовательной организации. Педагог отвечает за соблюдение участниками режимных моментов, дисциплину.

Базовые лагеря, расположенные в республике Карелия, Краснодарский край

Сотрудничество с базовым лагерем (далее - Лагерь) – осуществляется по итогам проведения открытых торгов, между ГБУ «Лаборатория путешествий» и Лагерем заключается государственный контракт на реализацию программы. взаимодействие с Лагерем осуществляется на основе утверждённого технического задания. Сотрудники Лагеря обеспечивают безопасность участников на маршруте, медицинское наблюдение.

Требования и обязанности сотрудников программы:

Должность	Требования к квалификации	Обязанности
Руководитель программы (ведущий специалист ГБУ «Лаборатория путешествий»)	Пед. опыт, опыт организации и руководства образовательными мероприятиями туристско-краеведческой направленности, туристский опыт.	Кадровое обеспечение мероприятия, планирование и руководство реализацией образовательного мероприятия, подготовка отчетной документации, анализ проделанной работы.
Медработник (сотрудник базового лагеря)	медицинское образование, врачебная практика, наличие лицензии на оказание медицинской помощи	Сопровождение групп в дороге, обеспечение оказания медицинской помощи на базе, заполнение отчётной документации.
Инструктор по безопасности (сотрудник базового лагеря)	Тур опыт организации и участия в категорийных походах	Планирование и утверждение туристских маршрутов в районе путешествия, обеспечение безопасности их прохождения, проверка готовности группы к путешествию, быстрое реагирование на сложившиеся ЧС, взаимосвязь со структурами МЧС регионов.
Специалист (сотрудник ГБУ «Лаборатория путешествий»)	Тур. опыт организации и участия в категоричных походах. Опыт работы с детскими группами.	Обеспечение реализации содержания программы: проведение занятий, тренингов, подготовка группы к многодневному путешествию, совершение многодневного путешествия с группой детей; обеспечение благоприятного

		эмоционально-психологического климата в группе, проведение вводных и заключительных занятий. Ведение отчётной документации, своевременная их сдача.
--	--	---

Функциональные обязанности специалиста по связям с общественностью

Подготовительный этап программы:		
1	Размещение подробной информации о программе и заявочных документов на официальном сайте ГБУ «Лаборатория путешествий».	
2	Размещение анонсирующей статьи на сайте и в группах социальных сетей ГБУ «Лаборатория путешествий» об участии группы в программе.	
Основной этап программы:		
3	Размещение новостей на сайте и в группах социальных сетей ГБУ «Лаборатория путешествий» об участии группы в основном этапе программы.	
4	Взаимодействие с родителями участников (ответы на возникающие у родителей вопросы об участии детей в программе).	
Заключительный этап программы:		
5	Проведение анализа публикаций и постов детей в социальных группах ГБУ «Лаборатория путешествий».	

Функциональные обязанности специалиста по безопасности

Подготовительный этап программы:		
1	Проведение инструктажей по ТБ для сотрудников ГБУ «Лаборатория путешествий» участвующих в программе.	
2	Взаимодействие с базовым лагерем по предоставлению документации, подтверждающей безопасность программы: - описание маршрутов с указанием точек эвакуации и точек с доступностью мобильной связи; - акты проверки и готовности снаряжения к программе; - документы, подтверждающие безопасность собак породы хаски, участвующих в мероприятиях программы; - уведомление МЧС о выходе групп на маршруты и т.д.	
3	Подготовка уведомлений в Роспотребнадзор г. Москвы о выезде групп.	
Основной этап программы:		
4	Взаимодействие с руководителем программы по контролю движения групп по маршрутам.	
Заключительный этап программы:		
5	Формирование отчётной папки по инструктажам по ТБ каждой группы.	

Подготовка сотрудников ГБУ «Лаборатория путешествий» к работе

Все сотрудники, принимающие участие в программе, обладают личным опытом организации и проведения туристских походов разной категории сложности, опытом работы с детскими коллективами, а также документами, подтверждающими навыки оказания первичной медицинской помощи. В связи с этим, в рамках подготовки к программе руководителем проводятся информационные совещания, знакомящие сотрудников с основными формами работы по программе. У каждого сотрудника есть методическими материалами программы, разрабатывают индивидуальный план работы с группой. Также руководителем программы проводятся мастер-классы для знакомства с интерактивными формами работы с группой. Перед началом работы с группой каждый специалист проходит индивидуальную консультацию с руководителем программы, входе которой руководителем делаются выводы о готовности специалиста к работе по программе с группой.

4.3. Информационно-методическое обеспечение программы

Информационным обеспечением программы занимается специалист по связям с общественностью. Информационная работа по программе включает в себя:

- размещение подробной информации о программе и заявочных документов на официальном сайте ГБУ «Лаборатория путешествий»;
- размещение анонсирующих и итоговых статей об участии групп в программе на сайте и в группах социальных сетей ГБУ «Лаборатория путешествий» и образовательных организаций – партнёров по реализации программы.
- размещение новостей на сайте и в группах социальных сетей ГБУ «Лаборатория путешествий» об участии групп в основном этапе программы.
- проведение анализа публикаций и постов детей в социальных группах ГБУ «Лаборатория путешествий».

Процесс реализации программы ежедневно освещается в сети интернет, на сайтах учреждения и партнеров, а также в социальных сетях:

1. <http://goulp.ru/>
2. <http://pro-camp.ru/>
3. <https://vk.com/goulp>
4. <https://www.youtube.com/channel/UCS0HAC7ATXrw2VntQ2Fs3mg>
5. <https://vk.com/pro.camp>
6. https://www.instagram.com/goulp_ru/

7. <https://www.facebook.com/goulab>
8. <http://ok.ru/group/53043421053177>
9. <https://twitter.com/goulpru>
10. <https://www.facebook.com/ProCamp.ru/?fref=nf>
11. <http://lab-putesh.mskobr.ru/>

4.4. Материально – техническое обеспечение программы

Материально-техническая база основывается на временных и методических особенностях программы.

Проживание.

Во время нахождения в базовом лагере проживание осуществляется в формате палаточного лагеря в 3-4-х местных палатках, размещённых на настилах. На территории лагеря обеспечиваются бытовые условия: туалеты, душ, столовая, питьевой режим. Во время активного путешествия участники проживают в палатках.

Питание.

Во время трансфера из Москвы до места реализации программы и обратно группы обеспечены питанием, согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к перевозке организованных групп детей.

Во время пребывания в базовом лагере участники и сотрудники обеспечиваются 5 разовым питанием. Во время однодневного и многодневного похода обеспечивается 3-х разовое горячее питание, которое участники готовят в полевых условиях

При выборе базы для проведения занятий необходимо опираться на учебный план.

Требования к базовому лагерю:

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);
- санитарно-бытовая (душ, санузел);
- рабочая (для игры в волейбол, в футбол, проведения тренинговых занятий на командообразование (парк верёвочных тренажёров), проведения теоретических и практических занятий, тренингов).

Требования к территории проведения программы:

Путешествия в рамках выездных мероприятий должны проходить в лесной и (или) горно – лесной зоне. Все передвижения групп по маршрутам должны быть согласованы с районным отделением МЧС.

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 +10 С, экстремальная температура: в диапазоне от -15 до -20 С Полный вес от 1200 до 1800 г
Вкладыш в спальный мешок	Мешок из х/б ткани размером, соответствующим размеру спального мешка
Рюкзак	Масса: от 1,6 до 2 кг Объем: от 70 до 90 л
Теплоизоляционный коврик	Размер не менее:1800 X 600 X 8 мм Вес: от 300 до 500 гр. Не пропускающий воду
Сиденье туристическое	

Каждая группа должна быть обеспечена следующим групповым снаряжением:

Наименование	Характеристика/аналог
Компас	----
Радиостанция	Радиус действия не менее 20км, Влагозащищенный корпус. Возможность использования в качестве элементов питания батареек или аккумуляторов формата AAA или AA
GPS навигатор	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
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 топографических карт района путешествия с нанесёнными местами возможных мест для организации бивуаков	Масштаб 1:50000, цветная
Комплект канов	В каждом комплекте каны на 5 л и 7 л
Костровое оборудование:	Тросик стальной с бегунками для цепей не менее 3.5м,

тросик с крючками	нейлоновая плоская лента шириной от 5 мм, длиной не менее 4 м
Половник	Пригодный для использования при приготовлении пищи в полевых условиях
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 3-х местные	Двуслойная, материал – 100% полиэстер, проклеенные швы; Дно: 100% полиэстер основа из алюминиево-дюралевого каркаса
Тент	100 % полиэстер. Размеры: 4Х6 м, 3Х4 м
Пила цепная	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
Трекинговые палки	2 секции с закручивающимся механизмом, минимальная высота от 70см, максимальная высота до 150см, вес от 200 до 300гр
Групповая аптечка	Укомплектованная в соответствии с требованиями нормативных документов, указанных в п.7 технического задания.

Для проведения занятий во время выездных мероприятий, необходимо следующее дополнительное групповое снаряжение:

Наименование	Характеристика/аналог
Альпинистская обвязка	Комбинированная обвязка, состоящая из соединенных поясной беседки и грудной обвязки
Карабин с муфтой	Соответствие стандартам: ТР ТС 019/2011 ГОСТ Р ЕН 362-2008 ГОСТ Р ЕН 365-2010 EN 12275 UIAA 101
Альпинистская каска	Четырехточечная система крепления подбородочного ремня
Спусковое устройство	Страховочное устройство с блокировкой
Веревка 40 м, не менее 10мм	Веревка статическая Соответствие стандартам: ГОСТ Р ЕН 1891-2012 EN 1891

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

Наименование	Характеристика/аналог
Комплект звукового оборудования	Активная акустическая система - 2шт. Мощностью 2КВт Микшер 3-канальный микшер с расширенным

	динамическим диапазоном, Микрофон – 2 шт. 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	разрешение: 1024 x 768 px яркость: 2300 ANSI Lm технология: LDP контраст: 40000: 1
Экран для проектора	Минимальные размеры 1,5 м x 1,5 м
Набор канцелярских принадлежностей и материалов для художественно-прикладного творчества на 1 группу детей.	Бумага А4 - 2 пач. Карандаши простые - 3шт. Ластик - 2 шт. Ручки - 5 шт. Фломастеры - 1 пачка (12 цв.) и/или маркеры - 6 шт. Ножницы - 2 шт. Кисти для рисования - 5 шт. Гуашь (6 цв.) - 1 пач. Ватман А0 - 3 шт. Скотч (прозрачный, большой) - 2шт. Цветная бумага - 1 пач. Клей (40г) - 2 шт.
Парк верёвочных тренажёров для проведения тренингов на командообразование	Не менее 4 этапов, расположенных на разной высоте от 1 до 2 метров

**5.1. Примерное расписание группы по программе физкультурно -
оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»
(во время выездного мероприятия в Карелии)**

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД.	
<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>
ВТОРОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ПОЕЗД. ПРИЕЗД В БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ.	
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	Игры на командообразование, беседы с Группой. <i>Специалист</i>
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>
ТРЕТИЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ	
<i>Время</i>	<i>Занятия. Ответственный.</i>
08.00 - 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i>
09.00 - 10.00	ЗАВТРАК

	<i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 - 11.00	Занятие «Техника безопасности» <i>Специалист</i>
11.00 - 12.30	Тренинговое занятие на командообразование "Веревочный курс - 1" <i>Специалист</i>
12.30 - 14.00	Занятие "Сборка катамарана" <i>Специалист</i>
14.00 - 14.30	ОБЕД <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.30 - 16.00	Занятие «Социальный проект» <i>Специалист, Сопровождающий</i>
16.00 - 17.30	Занятие "Сборка катамарана" (продолжение) <i>Специалист</i>
17.30 - 17.45	ПОЛДНИК <i>Специалист, Сопровождающий</i>
17.45 - 19.15	Занятие «Основы управления велосипедом». Велодром <i>Специалист</i>
19.15 - 20.00	Занятие «Заготовка дров» <i>Специалист</i>
20.00 - 20.30	УЖИН <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.30 - 21.30	Вечернее мероприятие. «Визитки» (знакомство и презентация творческих номеров команд, а также презентация социальных проектов команд) <i>Специалист, Сопровождающий, Представители Организации</i>
21.30 - 22.30	Тематическая беседа "Правила", Вечерний чай, Общение у костра <i>Специалист, Сопровождающий</i>
22.30 - 23.00	Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i>
23.00	ОТБОЙ. <i>Сопровождающий</i>
ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ЗАНЯТИЯ	
<i>Время</i>	<i>Занятия. Ответственный.</i>
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	ЗАВТРАК <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 - 12.00	Занятие "Основы управления катамараном. Прямая гребля" <i>Специалист</i>
12.00 - 14.00	Тренинговое занятие на командообразование, формирование доверия и ответственности "Веревочный курс – 2" <i>Специалист</i>
14.00 - 14.30	ОБЕД <i>Специалист, Сопровождающий</i>
14.30 - 16.00	Занятие «Социальный проект» (продолжение) <i>Специалист, Сопровождающий</i>
16.00 - 17.45	Занятие «Ориентирование в лагере» <i>Специалист</i>
17.30 - 17.45	ПОЛДНИК <i>Специалист, Сопровождающий</i>

18.00 - 20.00	Занятие «Техника работы с собакой» <i>Специалист</i>
20.00 - 20.30	УЖИН <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.30 - 21.30	Спортивное мероприятие. Волейбольная площадка. Футбольная площадка. <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.30 - 22.30	Тематическая беседа "Распределение обязанностей в походе", Вечерний чай, Общение у костра <i>Специалист, Сопровождающий</i>
22.30 - 23.00	Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i>
23.00	ОТБОЙ. <i>Сопровождающий</i>
ПЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВЫХОД В ОДНОДНЕВНЫЙ ПОХОД. ЗАНЯТИЯ	
<i>Время</i>	<i>Занятия. Ответственный.</i>
08.00 – 09.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка. <i>Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	ЗАВТРАК <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 - 12.00	Подготовка к однодневному походу Получение продуктов для однодневного похода <i>Специалист, Представители Организации</i>
	Подготовка к однодневному походу Сдача вещей в камеру хранения <i>Специалист, Представители Организации</i>
	Подготовка к однодневному походу Уборка и сдача стоянки <i>Представители Организации</i>
12.00 - 13.00	Однодневный поход. Движение к месту ночевки <i>Специалист</i>
13.00 - 14.00	Организация бивуака, заготовка дров, приготовление обеда <i>Специалист</i>
14.00 - 15.00	ОБЕД <i>Специалист, Сопровождающий</i>
15.00 - 16.30	Занятие «Ориентирование на местности с помощью GPS. Геокешинг». <i>Специалист</i>
16.30 - 18.00	Занятие на воде «Обеспечение безопасности. Страховка и самостраховка» или занятие на берегу «Обеспечение безопасности. Страховка спасконцом» (выбор занятия зависит от погодных условий) <i>Специалист</i>
18.00 - 19.30	Занятие «Флаг группы». <i>Специалист, Сопровождающий</i>
19.30 - 21.00	Занятие «Приготовление пищи в походе». Приготовление ужина <i>Специалист</i>
21.00 - 21.30	УЖИН <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.30 - 22.30	Заполнение журнала группы. Тематическая беседа

	«Ответственность» <i>Специалист, Сопровождающий</i>
22.30 - 23.00	Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i>
23.00	ОТБОЙ. <i>Сопровождающий</i>
ШЕСТОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ОДНОДНЕВНЫЙ ПОХОД. ЗАНЯТИЯ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ	
Время	Занятия. Ответственный.
8.00 - 9.00	Подъем Группы, утренние процедуры, зарядка. Приготовление завтрака. Сворачивание лагеря <i>Специалист, Сопровождающий</i>
09.00 – 10.00	ЗАВТРАК <i>Специалист, Сопровождающий</i>
10.00 - 11.30	Занятие «Основы управления катамараном. Фигурная гребля» <i>Специалист</i>
11.30 - 12.00.	Погрузка вещей на катамараны <i>Специалист, Сопровождающий</i>
12.00 - 14.00	Переход к месту обеда. Приготовление 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 - 15.30	Получение вещей из камеры хранения <i>Специалист, Представители Организации</i>
15.30 – 16.00	Получение продуктов на многодневный поход <i>Специалист, Представители Организации</i>
16.00 - 16.30	ПОЛДНИК <i>Специалист, Сопровождающий</i>
16.30 - 20.00	Упаковка продуктов, подготовка к многодневному походу <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.00 - 20.30	УЖИН <i>Специалист, Сопровождающий</i>
20.30 - 21.30	Подготовка к многодневному походу. Сбор личных вещей в многодневный поход <i>Специалист, Сопровождающий</i>
21.30 - 22.30	Беседа "Проводы в поход". Вечерний чай <i>Специалист</i>
22.30 - 23.00	Вечерние процедуры <i>Сопровождающий</i>
23.00	ОТБОЙ. <i>Сопровождающий</i>
СЕДЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВЫХОД НА МАРШРУТ	
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 в соответствии с учебным планом (Занятие по туризму № 1). <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 в соответствии с учебным планом (Тренинговое занятие № 1) <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>
ВОСЬМОЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ	
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 в соответствии с учебным планом (Занятие по туризму № 2) / Тренинговое занятие № 2. <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 в соответствии с учебным планом (Тренинговое занятие № 3) <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>

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ	
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 в соответствии с учебным планом (Занятие по туризму № 3) / Тренинговое занятие № 4. <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 в соответствии с учебным планом (Тренинговое занятие № 5) <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>
ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. МАРШРУТ	
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 в соответствии с учебным планом (Занятие по туризму № 4) . <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 в соответствии с учебным планом (Тренинговое занятие № 6) <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>
ОДИННАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ В БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ	
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>
ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ.	
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	Сдача снаряжения <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>
ТРИНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ ПРОГРАММЫ. БАЗОВЫЙ ЛАГЕРЬ. ПОЕЗД.	
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 Лагерь. 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>
ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ 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>
12.15 – 12.45	Прибытие групп на Ленинградский вокзал. Встреча детей родителями. Раздача документов. <i>Специалист, Сопровождающий</i>

**5.2. Примерное расписание группы по программе физкультурно -
оздоровительного мероприятия «ПРОДВИЖЕНИЕ»
(во время выездного мероприятия в Краснодарском крае)**

ВРЕМЯ	
1 день	
12.00 – 13.30	Встреча на Казанском вокзале
13.30 – 14.18	Посадка в поезд, отправление поезда
14.20 – 15.00	Размещение в купе, распределение багажа; повторение правил поведения в общественных местах
15.00 – 19.00	Проведение игр на взаимодействие в команде; подготовка сценария презентации команд; занятие по туристским узлам
19.00	Ужин
20.00 – 22.00	Просмотр и обсуждение кинофильма
22.00	Подготовка ко сну, вечерние гигиенические процедуры
23.00	Отбой
2 день	
8.00	Подъём (в поезде), гигиенические процедуры
9.00	Завтрак
10.00	Подготовка к прибытию, сдача белья
11.00 - 13.00	Подготовка презентации команды
13.00	Обед
14.34	Прибытие
15.00 - 17.00	Трансфер в базовый лагерь, просмотр видеофильма о Краснодарском крае, перекус
17.00 - 18.00	Прибытие в базовый лагерь, встреча участников, знакомство с правилами поведения на базе, особенностями реализации программы, расселение, медосмотр
17.30	Совещание с сопровождающими, погружение в тематику заезда, обсуждение особенностей реализации программы
18.00	Ужин
19.00	Вечернее мероприятие «Презентация команд»
20.00	Экскурсия по базовому лагерю
21.00 - 22.30	Первая групповая беседа «Правила». Вечерняя рефлексивная беседа, вечерний чай.
22.30 - 22.55	Гигиенические процедуры
23.00	Отбой
23.30	Планерка, рефлексия дня, планирование следующего. Получение снаряжения: спальники, коврики, рюкзаки
3 день	
8.00 - 8.30	Подъём, разминка, пробежка
8.30 - 9.00	Утренние гигиенические процедуры
9.00 - 9.30	Завтрак, подготовка к занятиям
9.30 - 11.00	Нижний веревочный курс
11.00 - 12.00	Получение снаряжения
12.00 - 13.00	Занятие «Личное и групповое снаряжение, укладка рюкзака»
13.00 - 14.00	Обед
14.00 - 15.00	Занятие «Ориентирование в походе». Тренировка движения по азимуту. Игра «Рельефтинг»
15.00 - 16.00	Техническая подготовка группы. Правила безопасного поведения в

	горах.
19.00	Ужин
20.00	Вечернее мероприятие
21.30-22.30	Вечерняя рефлексивная беседа, беседа «Распределение обязанностей», вечерний чай
22.30-22.55	Гигиенические процедуры
23.00	Отбой
23.30	Планерка, рефлексия дня, планирование следующего.
3 день	
8.00 - 8.30	Подъём, разминка, пробежка
8.30 - 9.00	Утренние гигиенические процедуры
9.00 - 9.30	Завтрак, подготовка к занятиям
10.00	Занятие «Личное и групповое снаряжение». Составление списков личного и группового снаряжения.
11.00	Занятие «Правила укладки рюкзака». Распределение группового снаряжения.
12.00	Занятие «Организация туристского быта». Правила выбора места для ночлега, разжигания костра. Установка палатки, организация укрытия.
13.00 - 14.00	Обед
15.00 – 17.00	Занятие «Организация питания в путешествии». Составление меню одного дня: завтрак, обед, ужин, карманный перекус.
18.00	Получение продуктов питания, их распределение.
19.00-20.00	Ужин
20.00 – 21.00	Творческая мастерская «Лидер и его команда»
21.00-22.00	Вечерняя рефлексивная беседа, беседа «Ответственность»
22.00-22.30	Вечерние гигиенические процедуры, отбой
23.00	Отбой
23.30	Планерка, рефлексия дня, планирование следующего.
4 день	
7.30 - 8.00	Подъём, утренние гигиенические процедуры
8.00 - 9.00	Сбор лагеря
9.00 - 9.30	Завтрак
10.00 – 11.30	Трансфер Выход на маршрут однодневного тренировочного похода, движение по маршруту
11.30 – 13.00	Организация бивуака, приготовление обеда
13.00	Обед
14.00 – 16.00	Занятие «Флаг группы»
16.00 – 17.30	Занятие на скалах
17.30 – 19.00	Приготовление ужина
19.00	Ужин
20.00 – 21.00	Вечерняя рефлексивная беседа
21.00 – 22.00	Вечерние гигиенические процедуры, отбой
22.00	Отбой
5 день	
7.00-7.30	Подъём, утренние гигиенические процедуры
7.30-8.30	Сбор лагеря, приготовление завтрака
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.00	Трансфер в базовый лагерь
10.00-11.00	Получение вещей, душ

11.00-13.00	Получение и распределение продуктов
13.00-13.30	Обед
13.30-14.30	Изучение района путешествия
14.30-19.00	Сбор вещей в многодневный поход
19.00-20.00	Ужин
20.00-21.00	Спортивные игры на выбор
21.00-22.00	Вечерняя рефлексивная беседа, вечерний чай
22.00-22.30	Гигиенические процедуры
23.00	Отбой
23.30	Планерка, рефлексия дня, планирование следующего.
5 день	
8.00-8.30	Подъём, разминка, пробежка
8.30-9.00	Утренние гигиенические процедуры, уборка комнат
9.00-10.00	Завтрак, подготовка к выходу на маршрут
10.00-11.00	Сбор лагеря, сдача вещей в камеру хранения
11.00-13.00	Выход в многодневный поход. Движение по маршруту
13.00-15.00	Организация бивуака
16.00-18.00	Занятия по туристскому быту, игры, тренинги
18.00-20.00	Тематическая беседа по выбору
20.00-21.00	Вечерняя рефлексивная беседа, вечерний чай
21.00-22.00	Гигиенические процедуры
22.00	Отбой
6-11 дни движение по маршруту согласно, разработанных графиков движения и индивидуальных учебных планов групп	
7:00 – 9:00	Подъем, завтрак, сборы
9:00 – 13:00	Движение по маршруту
13:00 – 15:00	Обед
15:00 – 17:00	Движение по маршруту
17:00 – 19:00	Устройство ночлега, ужин
19:00 – 21:00	Занятия, беседы, тренинги
21:00 – 23:00	Подведение итогов дня, рефлексивная беседа, отбой
12 день	
6.00-6.30	Подъём, зарядка
6.30-7.30	Сбор лагеря, приготовление завтрака,
7.30-8.00	Завтрак
8.00-11.00	Движение по маршруту, возвращение в лагерь
11.00-11.30	Медицинский осмотр
11.30-13.00	Размещение, получение вещей из камеры хранения
13.00-13.30	Обед
13.30-15.00	Чистка и сдача снаряжения
15.00-16.30	Мастер-класс «Изготовление сувенира»
16.30-18:00	Подготовка к вечернему мероприятию, создание итоговой фотопрезентации
18:00-19:00	Спортивные игры на выбор
19.00-20.00	Ужин
20.00-21.30	Вечернее мероприятие «Парад путешествий»
21.30-22.30	Вечерняя рефлексивная беседа, подведение итогов путешествия
22.30-22.55	Гигиенические процедуры
23.00	Отбой
23.30	Планерка, рефлексия дня, планирование следующего.

13 день	
8.00-8.30	Подъём, разминка, пробежка
8.30-9.00	Утренние гигиенические процедуры, сбор лагеря,
9.00-9.30	Завтрак
11.00 -13.00	Трансфер на вокзал в г.Армавир
14.30	Отправление поезда в Москву
15.00	Обед
16.00 – 19.00	Заполнение итоговых анкет, написание писем будущим путешественникам
19.00	Ужин
21.30-22.30	Вечерняя рефлексивная беседа
22.30-22.55	Гигиенические процедуры
23.00	Отбой
14 день	
8.30-9.00	Подъём (в поезде), гигиенические процедуры
9.00-9.30	Завтрак
10.00-11.30	Подготовка к прибытию, сдача белья
15.00	Прибытие в г.Москву

**5.3. Входящая анкета для участников программы ФОМ
«ПРОДВИЖЕНИЕ»**

**АНКЕТА №1
УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ «ПРОДВИЖЕНИЕ»**

Дата заполнения анкеты: « _____ » _____ 2016

Школа _____

Твои Фамилия и Имя _____

Дорогой Друг!

Мы рады твоему участию в мероприятии «Продвижение». Впереди нас ждёт увлекательное путешествие по живописным местам Карельского края, в крае озер и рек, встреча с сибирскими хаски. Две недели нам предстоит провести 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 программе «Продвижение» в республике Карелия?

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!

**5.4. Итоговая анкета для участников программы ФОМ
«ПРОДВИЖЕНИЕ»**

**АНКЕТА № 2
УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ «ПРОДВИЖЕНИЕ»**

Дата заполнения анкеты: « _____ » _____ 2016

Школа _____

Твои 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. Что тебе запомнилось больше всего в твоём путешествии?

2. Оправдались ли твои ожидания по итогам программы? Поделись.

3. Оправдались ли твои опасения по итогам программы? Поделись.

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

5. Кто или что помогло преодолеть тебе эти трудности?

6. Каким новым навыкам в области туризма ты научился?

7. Где и как тебе пригодится это в дальнейшей жизни?

8. Какие занятия на проекте тебе запомнились больше всего? Почему?

9. Какие занятия тебе не понравились? Почему?

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

О своих друзьях?

11. 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?

12. Что бы ты пожелал своим Наставникам?

Спасибо за искренние ответы!