Основной задачей проекта-путешествия “Остров Ро” является развитие туризма и активного отдыха в Уральском регионе, а также развитие личности каждого участника.

В рамках этого путешествия каждому ребенку дается возможность проявить свою **самостоятельность и научиться делать выбор,** ориентируясь на свой внутренний компас - это достигается за счет простых бытовых вопросов - что мы будем кушать сегодня на ужин, во сколько начать готовить, топить сегодня баню или нет, сделать скамейки, чтобы кушать за одним столом или кушать на земле по одному, пойти на острова одному или в компании друга.

За время проекта, мы, также, столкнемся со следующими **понятиями**: ответственность, осознанность, страх, успех/неудача, забота о людях рядом.

Этапы проекта:

1. **Подготовительный** - продолжительность 7 дней - каждый день проходят обязательные туристические мастер-классы: разведение костров, безопасное обращение с ножами и топорами, готовка и туристические нормы продуктов, управление плав. средствами - катамаранами и байдарками, съедобное-несъедобное, живое-неживое, построение шалаша (полиэтилен и природные материалы), посуда Робинзона, ориентирование = правила поведения в ЧС, узлы.
2. **Пробный** = шалашение - продолжительностью 2 дня - ребята делятся на 2 группы:
    - первая совершает пробный выход в лес, где приготовят ужин в посуде робинзона и переночуют в шалаше, сделанном своими руками, а инструкторы проверят полученные конструкции и дадут советы, как можно их улучшить + будет большой разговор про страхи и острова;
    - вторая группа в это время проходит большое обучение по первой помощи от доктора

3. **День сбора на острова** - участники заполняют заявки на острова (состав группы, цели каждого участника на острова, список вещей, список продуктов) и собирают рюкзаки. Заявка считается заполненной, если ребята собрали подписи инструктора, с которым пообщались по целям, доктора, которому сдали экзамен по первой

помощи и завхоза, с которым согласовали меню. Ребята собирают меню по балловой системе - у каждого продукта свой “вес”, и определенное ограничение по количеству - все продумано таким образом, чтобы питание было сбалансированным.

4. **Острова** - продолжительность 2 суток (3 дня и 2 ночи) - ребятам выдаются продукты по заявкам. Они планируемыми группами с вещами на байдарках и катамаранах высаживаются по берегу озера/водохранилища, на отдельные полянки, называемыми “точками”. После того, как каждый участник высажен, начинается череда “оплывов”.
5. **Завершающий этап** - продолжительность 2-3 дня - участники сняты с точек, вымыты и одеты в чистое, подводят итоги островов, что получилось, а что нет. Потом будут проводиться мероприятия, снижающие динамику и подготавливающие ребят к возвращению в город. В последний вечер проходит большой проговор по программе в целом и вручение подарков.

Режим дня

Время подъема варьируется и зависит от договоренностей, принятых в первый день. Традиционно, это 8:30 часов утра. Завтрак планируется к 9:00. В этот 30 минутный промежуток проводится утренняя зарядка, по желанию, также умывание и приведение себя в порядок.

После завтрака мы собираемся все вместе на утренний “общий сбор” - где уточняем настроение участников, спрашиваем, как им спалось, а также проговариваем планы на день. Затем ребята идут на вертушку мастер-классов - 2 или 3-х в зависимости от продолжительности и сложности. Во время последнего мастер-класса, часть участников (3-5 чел.) идут на кухню, чтобы приготовить для всех обед. После обеда могут продолжиться мастер-классы, если инструктор не успел дать всю информацию последней группе.

Если же все прошло в тайминге, то после обеда у участников есть свободное время, которое они могут использовать по своему усмотрению: заняться организацией “лагеря” и хоз-быт работами, играть в настолки, общаться друг с другом, заняться рукоделием, или попросить провести им дополнительно факультатив, чтобы потренировать определенные навыки (разведение костров). Также у каждого участника есть возможность выйти

за территорию лагеря на ограниченное время, выполнив при этом все правила безопасности. Параллельно с этим готовится ужин, после которого продолжаются хоз-быт дела и идет время неформального общения друг с другом и инструкторами.

Перед или после ужина мы также собираемся на общий сбор всей группой, чтобы поделиться результатами и открытиями дня. Спать все уходят в разное время, поскольку такое понятие как отбой отсутствует. Есть “тихое время”, традиционно в районе 22:30, когда мы можем не ложиться спать, но общаться при этом должны тихонечко, чтобы не мешать отдыхать тем, кто уже лег.

Проживание

Участники проживают в 3-4 местных палатках, которые собирают самостоятельно в первый день путешествия и собирают в последний. Мальчики проживают с мальчиками, а девочки с девочками. Участники на время путешествия берут на себя ответственность за предоставленную палатку и порядок в ней.

Если участники мерзнут ночью - они могут взять дополнительные спальники/пенки, которые в конце программы возвращаются обратно.

Гигиена

На территории есть 3 умывальника, где участники путешествия могут умываться и мыть посуду. Пополняются они также водой из водоема.

Мытье участников происходит в бане походного типа с печкой. Баня установлена на протяжении всей программы и может быть затоплена хоть каждый день, все зависит от желания участников и процессов происходящих в этот день. В бане на протяжении всех процессов с участниками находится инструктор, который следит за безопасностью процессов. Одновременно в бане находится группа около 5-ти человек +-1. Холодная вода берется из водохранилища и подогревается на костре/в печи.

Питание

Питаются на программе участники 3 раза в день + перекусы вкусняшками к чаю (1-2 в день). Готовят участники самостоятельно во главе с дежурным инструктором.

Примерное меню:

- завтрак: каша на сгущенном молоке + бутерброды с сыром/колбасой/паштетом и т. п.
- обед: различного вида супы + салаты + хлеб + соусы (майонез, горчица/хрен - по желанию участников)
- ужин - гарнир (крупа/макароны/овощи) + тушенка;
- вкусняшки - пряники/вафли/печенье/конфеты.

Особенности питания (аллергии, непереносимость продуктов) учитываются, если родители предупреждают о них заранее. Также, несколько раз за программу участникам дадут фрукты и молочные продукты (например, кефир).

Все продукты закупаются заранее командой инструкторов. А продукты быстропортящиеся, такие как хлеб, овощи, закупаются по надобности в ходе программы.

Вода берется нами из водохранилища и кипятится для приготовления пищи. Водохранилище, откуда берется вода, является питьевым запасом Екатеринбурга.

Пищевые продукты после приема пищи сбрасываются в специальную яму (“фу-кака”)

Дежурство

Каждый вечер выбирается “дежурный инструктор”, который собирает группу дежурных участников, которые проснуться раньше следующим утром, чтобы приготовить на всех завтрак. Утром группа - 3 человека, на обед и ужин около 5 человек. Желающие дежурить вызываются самостоятельно - могут записываться на целый день, могут меняться после каждого приема пищи.

Помимо готовки дежурный инструктор отслеживает все выходы за территорию базы - в лес (куда именно?), на воду. Выходы на воду и в лес

имеют ограничение по времени (40 минут-1 час). И задачей дежурного также является контроль наличия часов у участников, головных уборов, безопасного внешнего вида (от клещей), спас. жилетов (если выход на воду). Также, на протяжении всей программы ведется журнал, где фиксируются все выходы за территорию - кто ушел, в каком направлении, во сколько, когда вернется. Участники проговаривают время возвращения, а дежурный инструктор отслеживает тайминг и если осталось 5 мин, то начинают готовиться инструкторы и вещи для поисков участника.

Выходы на воду и в лес

Выходы за территорию “базы” ограничены по времени и происходят строго по записи у дежурного инструктора. Также существуют определенные правила безопасности, которые требуют соблюдения.

Вода:

- к выходам на воду допускаются пары участников, сдавших экзамен на капитана (показал, что может принимать на воде адекватные решения по управлению плавсредством), матроса (показал, что может должным образом выполнять команды капитана). Допускаются пары: капитан+капитан, капитан+матрос (+пассажир)
- участник должен надеть спас. жилет, соответствующего размера, который должен быть полностью застегнут;
- на каждом участнике обязательно должен быть головной убор + часы, хотя бы одни на команду;

Лес:

- внешний вид участника должен быть: закрытая обувь + головной убор + закрытые брюки, которые заправляются в носки + футболка/водолазка, заправленная в брюки + часы (у одного из участников группы);
- перед выходом дежурный инструктор обрабатывает ноги участника репеллентами

Острова и безопасность во время их проведения

Во время островов большую часть времени участники проводят самостоятельно, в тех группах, которыми они решились пройти это приключение. Каждые 2 часа байдарка с инструкторами обходит все

водохранилище, останавливаясь на каждой точке. Их основная задача - поддержать участников, узнать их самочувствие, дать какие-то бытовые советы/рекомендации по разведению костра, улучшению шалаша и т. п. Оплывы участников проходят и днем и ночью, без перерывов. Также, ведется оплывной журнал, где фиксируется краткий пересказ того, что инструкторы узнали на точке.

Помимо прочего используется флаговая система. Каждый участник берет с собой на точку 2 флага (полотна, примерно 1*1 м) - белого и красного цвета. Красный флаг вывешиваются в момент высадки участников на точку, таким образом, чтобы его было видно с базы, либо с противоположного берега.

Красный цвет - означает, что у участников все в порядке и им не нужна помощь. Висит все время. И его отсутствие означает, что случилось что-то нехорошее.

Белый цвет (лучше видно в ночное время) - означает, что на точке что-то случилось и участникам/участнику срочно нужна наша помощь

Красный + белый флаг - означает что на этой точке все в порядке, но в зоне видимости участников есть белый флаг - это позволяет быстрее направить экстренную байдарку к точке.

Каждый оплыв имеет с собой рюкзак с аптечкой и в случае чего готов оказать помощь участникам.

Связь и телефоны

Связь с участниками группы поддерживается через руководителя. Возможность поговорить с родителями у участников есть вечером, после завершения всех общих процессов. А родители могут присылать в течение дня смс с просьбой участнику позвонить родителям.

Помимо звонков, каждый день руководитель группы скидывает информацию о том, как проходят процессы в чат с родителями в WhatsApp или другом мессенджере.