НАВИГАТОР ОТКРЫТИЙ

Проект подготовлен и реализован при поддержке Русского географического общества в 2025 году

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цели проекта

1. Способствовать развитию у молодежи навыков активного отдыха и командного взаимодействия
2. Формировать экологическую сознательность и ответственное отношение к природе
3. Обмен опытом и знаниями среди участников

Задачи проекта

1. Организация туристических походов
2. Проведение мастер-классов по выживанию, ориентированию и экологии
3. Создание сообщества единомышленников для обмена опытом и идеями

АКТУАЛЬНОСТЬ И НОВИЗНА

Актуальность проекта заключается в растущем интересе молодежи к активному отдыху и экотуризму, а также в необходимости формирования здорового образа жизни. В условиях современных технологий и городской жизни молодежь часто теряет связь с природой, что негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье. Проект предлагает альтернативу пассивному времяпрепровождению.

Новизна проекта "Навигатор открытий" заключается в интеграции образовательных аспектов в туристические походы. Участники не только путешествуют, но и обучаются навыкам выживания, ориентирования на местности, экологии и командной работы через интерактивные мастер-классы и тренинги. Такой подход позволяет сочетать отдых с личностным ростом.

ОРГАНИЗАТОРЫ / ИСПОЛНИТЕЛИ / УЧАСТНИКИ / ПАРТНЕРЫ

Организаторы: Сотрудники и волонтёры АНО «Первая вершина»
Исполнители: Сотрудники и волонтёры АНО «Первая вершина»
Участники: Студенты и школьники образовательных учреждений г. Москвы и Московской области
Партнёры: АНО «Первая вершина»

ОПИСАНИЕ ХОДА РАБОТЫ

Подготовительный этап

- Подготовка команды и разработка программы походов: сбор команды организаторов и волонтеров, ролей онлайн и оффлайн, определение целей, маршрутов, подготовка плана мероприятий онлайн и оффлайн
- Рекрутинг участников: объявление о наборе участников, проведение информационных встреч
- Логистика и снаряжение: составление списка необходимого снаряжения, закупки необходимого инвентаря; составление меню и раскладки питания.

Итоговый этап

- Разбор имущества
- Встречи с организаторами походов и разбор снаряжения, приведение его в порядок
- Анализ проведённых походов, обсуждение результатов с организаторами и выявление проблем
- Итоговая встреча организаторов походов, подведение итогов всех походов, анализ достигнутых целей
- Подготовка отчетных материалов для предоставления в исполнительную дирекцию РГО

ОПИСАНИЕ ХОДА РАБОТЫ

Виды работ (Пеший поход)

- Отработка навыков первой мед.помощи
- Повторение правил техники безопасности, отработка действий при ЧС.
- Тренировка по развитию навыков туризма

Проведение мероприятий на сплочение в группе и поддержание физической активности

- Экскурсия к горящему источнику с инспектором заповедника
- Историческая лекция о Калмыкии и особенностях региона
- Экскурсия к Розовому Озеру и Поющим барханам.

Виды работ (Горный поход)

- Практикум по установке палаток, мастер-класс по сборке рюкзака
- Отработка навыков первой мед.помощи
- Практикум по передвижению по мелко-средне осыпному склону
- Практикум по установке палаток методом "тандем", практикум по хождению с альпенштоком "на три счёта"
- Снежная тренировка, отработка навыков хождения по снежному склону, отработка навыков самозарубания, отработка навыков хождения в связках
- Ходовый день, мастер-класс по работе завпита и распределению еды между людьми
- Совместная съемка юмористического ролика, рассказ культуролога о легендах Кавказа и его вершин
- Отработка навыков хождения траверсом на травяном склоне
- Тренинг по установке тента, экскурсия-прогулка по селу Терскол
- Психологический тренинг "расскажи мне обо мне", совместное подведение итогов похода
- Игры на сплочение на свежем воздухе, совместная медитация

ОПИСАНИЕ ХОДА РАБОТЫ

Виды работ (Водных поход 1 кс)

- Обучение навыкам гребли
- Обучение сбора байдарок
- Обучение погрузки судов -тренировка по разведению костра
- Лекция на тему " Правила безопасного поведения на воде"

Тренировка базовых туристических навыков:

- Тренировка установки палаток
- Тренировка установки лагеря
- Отработка сворачивания лагеря Отработка навыков первой мед.помощи:
- Оказание помощи при закрытом переломе
- Оказание помощи при тепловом и солнечном ударах
- Оказание помощи при укусах насекомых и животных
- Оказание помощи при растяжениях, вывихах и ушибах
- Культурное посещение пещеры Салавата Юлаева
- Тренировка гребли против ветра
- Обучение траверсному движению на воде
- Обучение сборки байдарок, упаковки байдарки в чехол
- Тренировка сбора рюкзаков
- Культурно-Краеведческая прогулка по г.Уфа

Виды работ (Водный поход 3 кс)

- Учеба по сборке байдарки, погрузка, отработка навыков гребли. Инструктаж по технике безопасности при нахождении на воде. Правила поведения в судне. Навыки правильного одевания спасательного жилета. Тренировка по развитию навыков туризма: "Проведение мероприятий на сплочение в группе и поддержание физической активности:
- Навыки преодоления препятствий при организации страховки с воды. Тренировка по преодолению препятствий 1-2 к.с.
- Дневка на острове Духов на озере Воронье. Экскурсия по острову, осмотр местных достопримечательностей, музея под открытым небом.
- Навыки преодоления препятствий при организации полноценной страховки с суши. Просмотр препятствий. Тренировка по преодолению препятствий 3 к.с.
- Отработка навыков постановки лагеря в непогоду. (дождь). Навыки преодоления препятствия 3 к.с. в непогоду при организации полноценной страховки с воды.
- Обучение навыкам сборки судов, укладки байдарки в упаковку. Краеведческая лекция от культуролога о реке Охта и местных достопримечательностях

ОСНОВНЫЕ ЦИФРЫ

- 4 похода
- Пройдено более 400 км маршрута
- 1 месяц подготовки
- 10 организаторов
- Более 50 участников

РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ

Проект "Навигатор открытий" достиг значительных результатов в организации туристических походов, которые способствовали развитию активного отдыха и повышению уровня безопасности участников.
Эти результаты подчеркивают успешность проекта "Навигатор открытий" в сфере организации туристических мероприятий и его вклад в развитие безопасного активного отдыха.

1. Разработка безопасных маршрутов:
   - Созданы 4 безопасных маршрута походов, каждый из которых прошел тщательную проверку на соответствие стандартам безопасности и доступности для различных категорий туристов.
   - Каждый маршрут был протестирован опытными руководителями и участниками, что позволило выявить и устранить потенциальные риски.

2. Программы тренировок и спортивных мероприятий:
   - Разработаны специальные программы подготовки для участников походов, включая физические тренировки, занятия по технике безопасности и ориентированию на местности.
   - Организованы спортивные мероприятия и тренировки, такие как соревнования по ориентированию и альпинизму, что способствовало повышению интереса к активному отдыху и укреплению командного духа среди участников.

3. Проведение походов:
   - Успешно проведен пеший поход 1 категории сложности, в котором приняли участие 12 человек. Участники получили ценный опыт работы в команде и освоили навыки выживания в природных условиях.
   - Организован горный поход 1 категории сложности, который включал восхождение на вершину и преодоление сложных участков. В походе участвовали как новички, так и опытные туристы, что способствовало обмену знаниями и навыками. В походе приняли участие 15 человек
   - Проведены два водных похода: один 1 категории сложности, который был ориентирован на начинающих туристов, и второй 3 категории сложности, предназначенный для более опытных участников. Оба похода прошли успешно, участники оценили уровень организации и безопасность. В походах приняли участие 13 человек (1 категория сложности) и 12 человек (3 категория сложности)

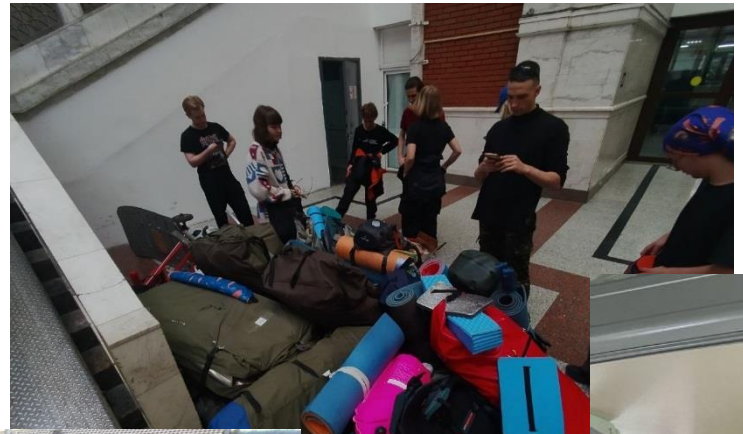
ВЫВОДЫ

1. Популяризация активного отдыха: Проведение туристических молодежных походов способствует популяризации активного образа жизни среди молодежи. Участие в походах помогает молодым людям осознать важность физической активности и здорового образа жизни.
2. Развитие навыков командной работы: Походы способствуют формированию командного духа и развитию навыков сотрудничества. Участники учатся работать в команде, что полезно как в личной, так и в профессиональной жизни.
3. Экологическая осведомленность: Проект акцентирует внимание на важности охраны окружающей среды. Участники обучаются принципам экологического туризма, что способствует формированию ответственного отношения к природе.
4. Личностный рост: Участие в походах способствует личностному развитию молодежи. Преодоление трудностей, решение проблем и адаптация к новым условиям способствуют повышению уверенности в себе и развитию лидерских качеств.
5. Культурное обогащение: Походы предоставляют возможность познакомиться с культурным наследием разных регионов, что способствует расширению кругозора участников и укреплению межкультурных связей.
6. Создание сообщества: Проект способствует созданию устойчивого сообщества единомышленников, что позволяет молодежи находить новых друзей и формировать социальные связи, основанные на общих интересах.
7. Обратная связь и улучшение: Важно собирать обратную связь от участников для постоянного улучшения программы походов. Это позволит учитывать пожелания молодежи и адаптировать проект к их потребностям.
8. Перспективы развития: Проект имеет потенциал для расширения: можно рассмотреть возможность организации специализированных тематических походов, мастер-классов по выживанию, экологии и другим направлениям, что привлечет еще больше участников.

В целом, проект "Навигатор открытий" не только предоставляет молодежи возможность активно проводить время на природе, но и способствует их всестороннему развитию, укреплению здоровья и формированию ответственного отношения к окружающему миру.

ВОДНЫЙ ПОХОД 1 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ РЕКА ЮРЮЗАНЬ (НАЧАЛО)









Водный поход 1 категории сложности
Река Юрюзань (продолжение)









ВОДНЫЙ ПОХОД 1 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ РЕКА ЮРЮЗАНЬ (ФИНАЛ)









Водный поход 3 категории сложности
Река Охта (начало)









ВОДНЫЙ ПОХОД 3 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ РЕКА ОХТА (ПРОДОЛЖЕНИЕ)









Водный поход 3 категории сложности
Река Охта (финал)









ПЕШИЙ ПОХОД 1 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ (НАЧАЛО)



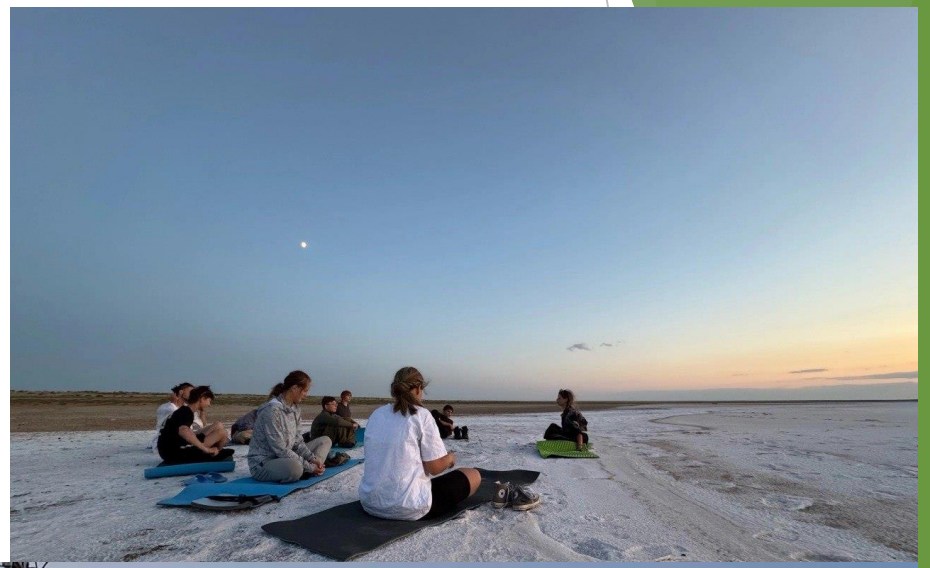




ПЕШИЙ ПОХОД 1 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ (ПРОДОЛЖЕНИЕ)









ПЕШИЙ ПОХОД 1 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ (ФИНАЛ)







Горный поход 1 категории сложности










СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!