

«Исток» - тренинговая программа физического и личностного роста
для детей и подростков

Подростковая тренинговая программа «Исток» – это погружение детей в окружающий мир живой Природы, существование которого невозможно без источника самой Жизни – воздуха, воды, земли и всего живого, что и составляет суть Природы. Человек неотъемлемая ее часть, такая же, как и другие живые существа, населяющие нашу Землю, имеющее неотъемлемое право на жизнь.

Задача Программы научить ее участников умению жить в гармонии с Природой, а не бороться с ней, разумно пользоваться ее ресурсами не на правах хозяина или гостя, а ощущая себя ее частью.

Летняя лагерная программа «Исток» проводится в Кахетии (Грузия).

Программа преследует цель личностного роста ее участника посредством духовного, нравственного, физического и экологического воспитания. Летняя лагерная программа «Исток» объединила в себе опыт детских программ Лагеря навыка Skillcamp, проводимых в Крыму, Краснодарском крае и Подмоскowie, предоставляя теперь возможность ее прежним участникам совершенствовать приобретенные ранее навыки, а новичкам – достичь уровня участников предыдущих программ.

Программа «Исток» включает в себя ряд уникальных учебных дисциплин, освоить которые можно только под руководством опытных инструкторов. В Программу входят увлекательные квесты, веревочный курс, занятия по туристической походной практике, приемам хозяйственной деятельности на земле, травоведению, освоению навыков рукоделия и ремесла.

Личностный рост участников Программы направлен на укрепление духа и воли, воспитание внимания и наблюдательности, умения преодолевать трудности и свои слабости, ответственности за себя и родную землю. Особое значение уделяется вопросам экологического просвещения и укрепления здоровья детей, посредством проведения пеших экскурсий в горы и на реку, закаливания и загорания, купания в горной реке и методов народного целительства.

Участники Программы погружаются из привычной городской среды в мир гор, лесов, лугов и рек, где действуют свои законы и правила. Ознакомление с ними и принятие их, возвращает детей к истокам гармоничного взаимодействия человека с окружающим Миром. С древних времен Природа подсказывала нашим предкам наиболее рациональные способы хозяйственной деятельности посредством приспособления под нее своего жизненного уклада, а не через ее завоевание или покорение.

Главная цель программы «Исток» – дать ее участникам необходимые знания и умения, как неотъемлемую составляющую их личности.

Посредством личного участия детей в разноплановых мероприятиях, проводимых в игровой форме, показать им прикладную направленность получаемых навыков, одинаково эффективно работающих в лесу и горах, семье и обществе, детстве и взрослой жизни.

Человек выбирает себе профессию и строит личную жизнь в соответствии со своими индивидуальными особенностями. Они определяют его судьбу. Не столь важно как ты выглядишь, во что одет, какой твой рост, вес или цвет глаз, важно что у тебя внутри. Кто ты по духу – потребитель, искатель удовольствий и развлечений или гармонично развивающийся человек, имеющий четкие жизненные ориентиры или желающий их иметь, изменить себя в лучшую сторону, получить багаж знаний и навыков, чтобы идти с ними по жизни к своей цели? Нам важно получить от тебя утвердительный ответ на вторую часть вопроса. Тогда нам по пути. Тогда нас станет на Земле чуточку больше, и мы сможем что-то изменить в ней в лучшую сторону. Хотя бы свое отношение к Природе-матери. Ощутить себя ее частью, принять ее законы и законы ее Творца, осознать свою ответственность перед ней, понять что планета Земля, с ее многообразием живого мира, наш общий дом. Что люди, животные, птицы, рыбы и другие живые существа – это наши добрые соседи и друзья. Человек, это вершина живой Природы, и как высшее ее творение, несет наибольшую ответственность перед ней.

Жизнь всему живому дается лишь однажды. Научиться видеть вокруг себя другую жизнь и ценить ее, брать от Природы не больше, чем требуется для твоей жизни – это и есть гармония с окружающим Миром.

На нашей программе мы хотим дать ее участникам собственный опыт жизни в гармонии с Природой. Они получают навыки оборудования в горах временной стоянки из подручных материалов, приготовления горячей пищи в походных условиях, в том числе и без использования посуды, заготовки дров для костра без топора и пилы, сбора лекарственных трав и приготовления травяных чаев. Особое внимание будет уделено навыкам следопытства – умению читать книгу Природы и разгадывать ее секреты, увидеть то, что скрыто от обычного городского жителя и зафиксировать это на фотоаппарат.

Участники программы имеют возможность купания в реке и загорания, сбора фруктов, осуществлению работ по благоустройству территории и изготовлению памятных сувениров.

Питание 4-разовое согласно нормам (завтрак, обед и ужин, а также полдник или вечерний чай).

Особенности программы «Исток»

Участников программы ожидает увлекательная экскурсия по местам региона Кахетия, Грузия, а также однодневные походы в горы и на реку.

Атмосфера на наших программах всегда теплая и дружеская. Наша цель – это формирование личности как самостоятельной единицы, способной

решать разноплановые задачи даже в нестандартных (экстремальных) ситуациях. На основе практики, накопленной организаторами программ Лагеря навыка, выработаны правила поведения и внутреннего распорядка, методики проведения занятий, следование которым обеспечивает безопасность проводимых мероприятий и сохранение здоровья ребенка. В связи с этим, отдельные положения внутреннего распорядка и требования инструкторов не всегда принимаются детьми в силу их неочевидности или даже «неправильности» с точки зрения ребенка. Это может стать источником психологического дискомфорта, конфликтов и даже простудных и других заболеваний. Как следствие, появилась эта памятка – выдержка из правил поведения ребенка в наших лагерях.

Просьба к родителям – донести изложенную ниже информацию до ребенка!

1. Некоторые мероприятия тренинговой программы «Исток» предъявляют повышенными требованиями к соблюдению требований безопасности. Соблюдение их является обязательными. Требования инструкторов к участникам программы могут показаться детям не добрыми, но они всегда адекватны и целесообразны в возникшей ситуации.
2. Участие ребенка в наших программах подразумевает отказ от курения, употребления спиртных напитков, наркотиков и токсических веществ, даже в том случае, если родители знают о пристрастиях ребенка и не возражают против этого (о чем родители могут написать в анкете).
3. Детям запрещено самовольно покидать плановые занятия или отведенную зону безопасности за пределами базы (при купании, на экскурсиях, в походах и т.п.).
4. С любыми вопросами, проблемами и затруднениями ребенку следует обращаться в первую очередь к персоналу программы (кураторам группы, инструктору, медработнику, руководителю). Все вопросы решаются на месте на основе доброжелательности и уважения.
5. Гигиена – залог здоровья. Дети часто стесняются признаться взрослым в затруднениях по соблюдению личной гигиены, а когда скрыть, например, образовавшиеся от ношения грязных носков потертости уже невозможно, возникают определенные проблемы санитарного характера. Во избежание неприятных последствий, все дети проходят подробный инструктаж по соблюдению личной гигиены, а кураторы и руководители групп обучают детей элементарным правилам и приемам ее соблюдения.
6. Большая часть мероприятий программы «Исток» реализуется на открытом воздухе. Следует обратить особое внимание на обеспечение ребенка соответствующей обувью, одеждой и легким головным убором, а так же сменными комплектами верхней одежды, нижнего белья и носков. Проинструктируйте ребенка о необходимости своевременно менять мокрую одежду, белье и носки, сушить обувь. Укажите в анкете, если ребенок не может обслуживать себя сам и ему требуется особый контроль.
7. Отдельно скажите ребенку о необходимости следить за состоянием собственного здоровья и своевременно обращаться за медицинской помощью на стадии появления первых признаков простудного заболевания, потертости ног или пищевого отравления – тошноты или поноса. Девочкам в случае необходимости «внеочередных» гигиенических процедур следует своевременно проинформировать об этом куратора (девушку), инструктора или медработника, и никаких проблем с внеплановым душем или освобождением от физических нагрузок не будет.
8. Мобильные телефоны, планшеты и другие гаджеты у детей на наших программах запрещены. Настоятельно рекомендуется без крайней необходимости не давать детям с собой дорогостоящие предметы, в связи с имеющимися случаями их порчи

и потери. Практика показывает, что не все дети могут ценить и помнить свои вещи. При утере вещей, ребенок должен доложить инструктору.

9. В случае порчи ребенком выданного ему имущества, происшедшем по его вине, администрация программы в праве не принять испорченный предмет и взыскать его стоимость. Испорченное имущество остается у ребенка. Родители вправе его отремонтировать или заменить исправным.

10. На базе дети проходят подробный инструктаж о правилах поведения и технике безопасности во время проведения различных занятий.

11. Следует объяснить ребенку, что он представляет свою семью и по его поведению будут судить не только о его личном уровне культуры, но и всей его семье.