

# Программа “Сага Северных Племен”

27 июля – 17 августа 2019

## Описание

Летом на островах северного Ковдозера развернется большая игра, которая объединит в себе особенности северной природы, сложные загадки, водные походы, масштабные сражения и атмосферу сказочного мира, где каждый может бросить вызов самому себе.

Участникам предлагается выбрать отряд, в составе которого он будет жить, учиться и путешествовать. В каждом отряде есть свои инструктора-наставники, которые помогут научиться умениям, необходимым для комфортной жизни на островах: разведению и поддержанию огня, приготовлению пищи на костре, строительству походного укрытия от дождя и ветра, организации быта внутри лагеря. Также участникам предстоит как пешие, так и водные походы. Собраться в поход, восстановить перевернувшуюся байдарку на воде, встретить вымокших и уставших товарищей из морской миссии, двигаться по лесу в составе пешей группы и ориентироваться на местности, оказывать первую помощь пострадавшим – вот такие вызовы и приключения могут быть у ребят. Наши инструктора готовы поддерживать их в этом, делиться своим опытом или учить конкретным навыкам.

Помимо туристических навыков, ребята могут научиться и другому, что может пригодиться путешественникам и воинам. Инструктора-наставники будут учить участников сражаться мечом, мастерить руками для себя и для уюта в лагере, а также будут делиться мифами и легендами народа, в культуру которого будут играть.

Для того, чтобы почувствовать себя жителем мира, похожего на мир древней Европы, участники будут носить антуражную одежду, а также выберут себе имена в соответствии с обычаями того народа, в отряде которого будут жить. Все это помогает ребятам попробовать себя в разных ролях, измениться и стать более открытыми новому опыту.

Вторая часть программы пройдет под управлением участников и поддержке инструкторов. В это время участникам будет предложена свобода выбирать и действовать, а также целый мир, где на каждом шагу ждут приключения, загадки, испытания и открытия.

На программе мы будем рады всем – как опытным участникам, не раз бывавшим на наших длительных и коротких программах, так и ребятам, впервые попавшим в походные условия.

---

## Общая информация

Длительность программы: 18 дней (с дорогой 22)

Возраст участников: от 12 до 18 лет.

Количество участников на смене: от 18 до 30

Место проведения программы: Ковдозеро, Мурманская область

## Дорога

Отправление на программу - из Москвы, вечером 27 июля с Ленинградского вокзала.

Возвращение с программы - в Москву, утром 17 августа на Ленинградский вокзал.

## Бытовые условия

Быт туристический, походный. Участники живут и участвуют в программе в составе отрядов. В отряде 9-10 детей и 2-3 инструктора. Отряд в основном живем в своем отдельном лагере. Участники ночуют в туристических палатках на 4-5 человек, спят в собственных спальнях мешках на туристических ковриках. Лагерь отряда разбивается на каждой стоянке и представляет собой оборудованное костровое место, тент, палатки.

Приготовление еды осуществляется участниками при поддержке инструкторов. Еда туристическая походная, питание трехразовое: завтрак, обед и ужин. На завтрак обычно сладкие молочные каши, обед - суп, ужин - каша или макароны с тушенкой. Иногда на обед вместо горячего приема пищи - перекус.

Врач регулярно ежедневно навещает все отряды участников и сопровождает участников во время похода.

Несколько раз за программу будет организована баня. Баня по-походному, черная. В любом случае регулярная помывка теплой водой будет.

## План программы

1 день: сбор на Ленинградском вокзале, посадка в поезд, начало путешествия.

2 день: путешествие поездом.

3 день: прибытие на станцию Княжая, прибытие в бухту Травяная, сон. Утром - сбор байдарок, инструктаж по пользованию судами и гребле.

4-10 день: начало игры. Обучение передвижению на судах, тренировка по переворачиванию байдарки, тренировки по постановке лагеря, введение в сюжет легенды и начало работы команды участников. Этот этап игры сопровождается ежедневными переходами по 5-15 км.

11-19 день: игра с самоуправлением у участников. Поиски и разгадывание загадок, морские и пешие походы, сражения и ночные дозоры. Здесь все зависит от команд участников, инструктора лишь обеспечивают безопасность и проводят сборы с разборами действий и ошибок.

20 день: финал игры. Праздничный костёр.

21 день: переход в пос. Зеленоборский. Сбор байдарок.

22 день: посадка в поезд, дорога поездом

23 день: возвращение в Москву.

## Примерный распорядок дня в период становления

8:00 Подъем, умывание  
8:30 Фехтовальная тренировка и зарядка для желающих  
9:00 Завтрак  
10:00 Переход на байдарках/тренировка  
14:00 Обед  
16:00 Тренировка/поход  
20:00 Ужин  
21:00 Вечерний общий сбор, подведение итогов дня  
22:00 Посиделки у костра, легенды  
23:00 Умывание  
00:00 Отбой

В дни дневок или полудневок, а также в связи с погодными условиями, распорядок дня может меняться по решению руководителя программы и инструкторов. В дни самоуправления у группы участников расписание может сильно отличаться от заявленного.

## Тренировки, которые проходят у участников во время программы

В разных отрядах каким-то тренировкам может быть уделено больше внимания. Это зависит от специфики и направленности народа, который выберет участник.

### Морские

Устройство байдарки и обучение гребле  
Правильная загрузка байдарки и крепление багажа в ней  
Переворот байдарки и восстановление ее в исходное положение  
Штормовая высадка  
Водный поход с ночевкой\*  
Мелкая починка и обслуживание байдарки\*

### Туристические

Разведение костра  
Приготовление еды на костре  
Постановка тента  
Постановка туристического лагеря  
Ориентирование  
Узлы\*  
Пеший поход с ночевкой\*

### Фехтование

Основы и безопасность использования игрового оружия  
Обучение фехтовальным приемам  
Обучение командному бою\*  
Тактика боя и построение отряда\*

\* звездочкой помечены те тренировки, проведение которых произойдет на выбор по желанию участников и наличию свободного времени

## Снаряжение

Большая просьба по возможности взять с собой и носить на программе одежду и обувь только натуральных, приглушенных цветов и взять с собой антуражную одежду, если таковая имеется. Нам это нужно для создания красивого историчного мира.

Рекомендации по сбору вещей:

Важно, чтобы участник собрал свои вещи самостоятельно и знал, где они находятся в его рюкзаке.

Уложите все вещи внутрь рюкзака, отдельные предметы затрудняют погрузку, мешают при переходах.

Список снаряжения:

Коврик туристический

Рюкзак объёмом 50 – 70 литров

Спальный мешок (температура комфорта +0 - +5 градусов)

Спички в непромокаемой упаковке - много и разные

Кружка, миска, ложка

Нож в чехле или складной

Фонарик налобный

Гермомешок, в который помещаются личные вещи

Фляга для воды

Сидушка туристическая (пенопопа)

Умывальный комплект (зубная щетка, паста, шампунь, мыло, мочалка)

Шампуни, мыло и паста - в небольших объемах

Полотенце - 1 шт (удобнее из микрофибры)

Часы (либо надежные водостойчивые, либо которые не жалко)

Компас

Средство от комаров

Комплект одежды:

Шапка или бандана, прикрывающая уши (шерсть/polartec/флис)

Бандана от солнца

Футболки - 1-2 шт.

Теплые штаны (шерсть/polartec/флис)

Теплый свитер (шерсть/polartec/флис)

Штаны х/б широкие, удобные - 2 шт

Белье (нижнее) 5-6 комплектов

Носки (х/б) - 3-4 пары

Носки (шерстяные) - 2 пары

Ботинки трекинговые или кроссовки - 1 пара

Купальный костюм/плавки - 1 комплект

Для водных переходов:

Водозащитная куртка  
Непромокаемые штаны  
Неопреновые носки  
Кеды или обувь, которую не жалко мочить и легко высушить и которая хорошо фиксируется на ноге (сандалии, кроссовки, сплавные тапки)  
Тельняшка/термобелье

Личная аптечка:

Эластичный бинт  
Набор пластырей телесного цвета  
Индивидуальные лекарства при необходимости (сдать врачу программы)

По желанию:

Блокнот и карандаш  
Деньги на карманные расходы до 500р  
Перчатки для гребли, перчатки для фехтования  
Своя антуражная одежда  
Гидрокостюм или неопреновые шорты

## **Безопасность**

Все инструкторы прошли курсы по оказанию первой помощи, в группе есть врач с полностью укомплектованной аптечкой.

На программе постоянно находится врач с полностью укомплектованной аптечкой и моторное судно (эвакуация возможна из любой точки проведения лагеря в любое время суток). До больницы - 30-60 минут по воде.