УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУСО

«Железноводский КЦСОН»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Устинова

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_г.

**Инструкция по проведению прогулок в рамках практики**

**Хайкинг "Пешеходная тропа"**

**1. Подготовка к прогулке:**

Определить цели прогулки: физическая активность, общение, получение новых впечатлений и т.д.

Выбор маршрута:

\* Выбирается маршрут с учетом физических возможностей участников, времени года и погодных условий.

\* Предпочтение отдается маршрутам с минимальным количеством препятствий (крутые склоны, реки, овраги).

\* Маршрут должен быть заранее изучен специалистом по социальной работе, проложен на карте, а также проверен на безопасность.

Сбор участников:

\* Сбор участников в назначенное время и месте.

\* Проверка наличия необходимых документов (назначения от врача-терапевта), а также одежды и обуви, соответствующих погодным условиям.

Инструктаж по безопасности:

\* Специалист по социальной работе проводит инструктаж по безопасности, объясняет правила поведения в группе, действия в нештатных ситуациях, использование необходимого оборудования.

\* Участникам напоминают о правилах поведения в природе, соблюдении экологии и безопасности.

Проверка экипировки:

\* Проверка состояния обуви, одежды, наличие головного убора, воды, перекуса, индивидуальной аптечки.

\* Обязательное наличие мобильного телефона для связи со специалистом и экстренных служб.

**2. Проведение прогулки:**

Темп движения:

\* Специалист по социальной работе задает темп движения, учитывая физические возможности участников, выбранный маршрут и погодные условия.

\* Необходимо обеспечить комфортный темп для всех участников.

Паузы для отдыха:

\* Специалист по социальной работе планирует паузы для отдыха в заранее определенных местах.

\* Во время пауз участники могут перекусить, отдохнуть, пообщаться друг с другом.

Соблюдение правил безопасности:

\* Специалист по социальной работе следит за безопасностью участников, обеспечивает порядок в группе, контролирует соблюдение правил поведения в природе.

\* В случае возникновения нештатных ситуаций, специалист принимает необходимые меры для устранения опасности.

Сбор информации:

\* Специалист по социальной работе рассказывает участникам об истории, культуре и природе региона, о местных достопримечательностях и природных ресурсах.

\* Специалист по социальной работе может задавать вопросы участникам, стимулировать их к общению и обсуждению.

Фотографирование:

\* Специалист по социальной работе может делать фотографии участников во время прогулки, чтобы сохранить приятные воспоминания о проведенном времени.

**3. Завершение прогулки:**

Возвращение в точку сбора:

\* Специалист по социальной работе ведет группу обратно к месту сбора, следит за безопасностью участников, контролирует, чтобы никто не отстал от группы.

Подведение итогов:

\* Специалист по социальной работе подводит итоги прогулки, благодарит участников за участие, спрашивает об их впечатлениях, отвечает на вопросы.

Заполнение документации:

\* Специалист по социальной работе заполняет журнал регистрации участников, отмечает количество пройденных километров, время начала и окончания прогулки, фиксирует любые происшествия или замечания.

**4. Действия специалистов в нештатных ситуациях:**

\* Специалист по социальной работе должен быть внимательным к состоянию участников прогулки.

\* При возникновении проблем со здоровьем немедленно обратиться за медицинской помощью.

\* В случае непредвиденных обстоятельств организовать возвращение участников прогулки.