

Terenowy – 5 dni

Liczba osób: 20-100

Termin: do ustalenia

Wiek: dzieci 9-16 lat

Uwagi: Istnieje możliwość wynajęcia autokaru, obowiązek posiadania ubrań sportowych.

Ramowy Program Pobytu

I dzień – Przyjazd do Janowa (zakwaterowanie, zapoznanie się z regulaminem)

Godzina 9:00

- **Narty 5-osobowe** – członkowie zespołu mają za zadanie przejść określony odcinek drogi na specjalnie przygotowanych nartach. Głównym problemem w tej konkurencji jest skoordynowanie ruchów całego zespołu.

- **Spodnie 5-osobowe** - wesoła konkurencja, która polega na wyścigu w specjalnych, gigantycznych spodniach.

- **Worki 5-osobowe** – konkurencja z dziecięcych lat, która przy dopingu pozostałych uczestników stanowi bardzo dobrą, wesołą zabawę

- **Wyścig chomików** – konkurencja, w której 5-osobowe zespoły mogą wczuć się w „los biednego chomika” , pokonującego wyznaczoną trasę.

- **Wyścig rydwanów** – konkurencja, w której oprócz siły, sprawności, zaufania, współpracy wymagana jest odwaga osoby znajdującej się na rydwanie.



- **Bolkowe narty** - konkurencja, w której 5-osobowe zespoły pokonują trasę na bolkowych nartach. Jest to zabawa wymagająca zgrania, współpracy całego zespołu
- **Przeciąganie liny** - najbardziej popularna konkurencja na wszystkich imprezach integracyjnych przeznaczona dla dzieci i dorosłych
- **Siatka tekili** - wesoła konkurencja przeznaczona dla osób dorosłych polegająca na pokonaniu sieci przez dwa 6 osobowe zespoły
- **Walka kogutów** - konkurencja polega na przeciąganiu się dwóch osób
- **Rura** - zadanie zespołowe polegające na napełnieniu specjalnie przygotowanej rury wodą. Bardzo wesoła konkurencja
- **Cyrkiel** - zgrywająca zabawa zespołowa, polegająca na wyścigu dwóch specjalnie przygotowanych cyrkli
- **Gąsienica** - wesoła konkurencja dla trzech 5 osobowych zespołów polegająca na wyścigu gąsienic.



Godzina 13:00 - obiad

Godzina 15:30 - Wyprawa samochodami terenowymi po bezdrożach leśnych. Wycieczka trwa ok. 1,5 godziny. W programie między innymi oglądanie tam i żeremi bobrowych



Godzina 18:30 - kolacja

Godzina 21:00 - Ognisko

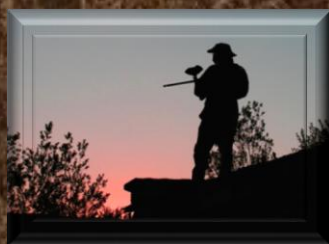
II dzień

Godzina 8:00 - śniadanie

Godzina 9:00- Paintball

Na uczestników czeka turniej paintballowy, w którym zostanie wyłoniony najlepszy zespół. Uczestnicy zostają podzieleni na 8 osobowe zespoły, które będą rywalizowały aby wyłonić najlepszy zespół. Uczestnicy otrzymują w pakiecie 100 kulek na osobę.

Uwaga. Dokupienie następnych 100 kulek 20 zł/osoba



Godzina 13:30 – obiad

Godzina 15:00

Medicus – gra edukacyjna mająca na celu nauczania uczestników postępowania w różnych sytuacjach związanych z pierwszą pomocą. Gra strategiczna medicus polega na zdobyciu jak największej ilości punktów i ukończeniu całej trasy. Podczas gry na uczestników czeka szereg pytań teoretycznych, zadań praktycznych związanych z pierwszą pomocą. Podczas gry uczestnicy będą musieli wykazać się pomysłowością, wytrzymałością fizyczną oraz sporą wiedzą. Medicus przewidziany jest dla uczestników powyżej 12 roku życia



Wieża ze skrzynek – konkurencja polega na ułożeniu jak najwyższej wieży ze skrzynek i równoległym wchodzeniu po nich do góry. Uczestnicy przez cały czas są asekurowani przez instruktora. Głównym celem tej zabawy jest: sprawdzenie zmysłu równowagi, sprawności, lęku wysokości, dokładności.



Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 20:00 – dyskoteka

III dzień

Godzina 8:00 - śniadanie

Godzina 9:00 – Uczestnicy zostają podzieleni na dwa zespoły, które mają do pokonania: Zabójczy tor

Zabójczy Tor - jest to szereg konkurencji, pozwalających uczestnikom na sprawdzenie swojej sprawności fizycznej połączonej z dobrą zabawą. Tor składa się z następujących etapów, które można dowolnie komponować:

- pajęczynka – etap gibkości owy
- opony – etap sprawnościowy
- strzelanie z łuku – etap na dokładność
- drabinka – etap siłowy
- szczudła – etap zręcznościowy
- obręcze – etap logiczny



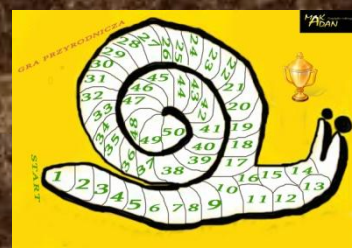
Godzina 13:30 – obiad

Godzina 15:00

Twister – jest to gigantyczna wersja znanej zabawy, w której uczestnicy mogą sprawdzić swoją giętkość, wytrzymałość, zdolność planowania. Wspaniała zabawa przeznaczona dla dzieci i dorosłych



Ślimak – jest to gra przyrodniczo-sportowa, której głównym zadaniem jest po przez wysiłek fizyczny poznanie przyrody polskiej. Jest to zabawa strategiczna, w której uczestnicy muszą odpowiedzieć na wiele interesujących pytań przyrodniczych oraz wykonać szereg zadań sportowych. Bardzo emocjonująca gra.



Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 20:00 – rozgrywki sportowe

IV dzień

Godzina 8:00 - śniadanie

Godzina 9:00

Marsz na orientację - pozwala uczestnikom na wykazanie się pomysłowością, umiejętnością czytania map, posługiwania się kompasem, orientacji w terenie oraz współdziałania w grupie. Długości tras dostosowane są do wieku uczestników. Oferta obejmuje między innymi:

- ⊗ przeszkolenie z czytania mapy, topografii i orientacji w terenie
- ⊗ podział na grupy do 15 osób – **na każdą grupę przypada 1 instruktor**

- ❖ instruktarz jak postępować w przypadku zgubienia się w terenie w życiu prywatnym
- ❖ fachową obsługę instruktorską każdej grupy

Marsz survivalowy – specyficzna forma marszu, w której uczestnicy zmierzają się z wieloma trudnymi zadaniami. Uczestnicy będą musieli się wykazać pomysłowością, sprytem, wytrzymałością fizyczną. Podczas tego biegu uczestnicy muszą posiadać odpowiedni strój terenowy. Przykładowe zadania, które czekają na uczestników i są dostosowane do warunków pogodowych:

- ✓ przeprawy przez teren bagienny
- ✓ budowa mostów linowych
- ✓ budowa tratwy
- ✓ wspinaczka na linie
- ✓ strzelanie z łuku
- ✓ zadania logiczne
- ✓ rozpalanie ognia bez zapalek
- ✓ i wiele innych



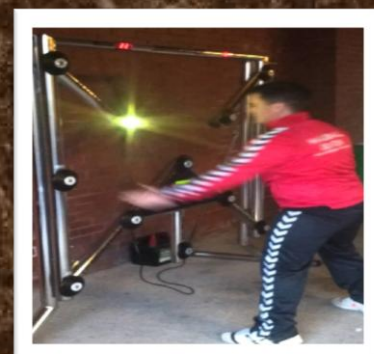
Godzina 13:30 – obiad

Godzina 15:00

Żyroskop – cywilna wersja тренаżera lotniczego używanego w wojsku, lotnictwie i astronautyce, pozwalająca doświadczyć wrażenia, jakie towarzyszą podczas lotu. W pewnym momencie nie wiemy gdzie jest góra a gdzie dół. Możemy uzyskać przeciążenia do 3G



Batak – jest to urządzenie, które służy sportowcom do mierzenia refleksu. Jest to doskonała zabawa przeznaczona dla dzieci i dorosłych.



Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 21:00 – **Nocne podchody**

Zajęcia Nocne - głównym zadaniem zajęć prowadzonych w nocy jest przezwyciężenie strachu uczestników przed ciemnościami, połączonych z dobrą, bezpieczną zabawą. Wszystkie zajęcia prowadzone są w grupach maksymalnie 15-osobowych plus instruktor i wychowawca. Każda grupa zostaje wyposażona w mapę, kompas, latarkę oraz ma możliwość korzystania z łączności radiowej. Podczas nocnej wyprawy na uczestników czeka wiele zadań do wykonania.



Dzień V

Godzina 8:00 śniadanie

Godzina 9:00



Wyspa - jest to zabawa, w której uczniowie podzieleni na 4 zespoły mają za zadanie w jak najkrótszym czasie dotrzeć do wyznaczonego celu. Uczestnicy będą mieli do pokonania liczne korytarze, w których będą znajdowały się różne przeciwności losu.

Bardzo często pokonanie trasy będzie zależało od drugiego zespołu, który będzie musiał pomóc w wykonaniu określonego zadania.

Głównym celem tej zabawy jest:

- pomoc innym
- sens rywalizacji w zespołach (klasach)
- współpraca w zespole (klasie)
- dążenie do wyznaczonego celu



Łowcy skarbów - jest to projekt z rodzaju „poszukiwania skarbu”,

o wielowątkowej fabule, która wciąga uczestników w wiele połączonych ze sobą w jedną całość zadań. Fabułą dla tego projektu jest historia związana ze skarbem, ukrytym gdzieś w najbliższej okolicy. Tego właśnie skarbu będą poszukiwali uczestnicy w projekcie „Łowcy skarbów”.

- Podczas projektu, na uczestników będą czekały liczne niespodzianki i przeciwności losu. Będą oni musieli stawiać czoła coraz to nowym wyzwaniom o różnym stopniu trudności, zarówno fizycznym jak i

intelektualnym. Projekt ten cechuje wielość i różnorodność zaskakujących i nieprzewidywalnych sytuacji, w których uczestnicy muszą podejmować szybkie i trafne decyzje połączone z dużym ryzykiem (nie jest to ryzyko związane z bezpieczeństwem uczestników).

- Projekt rozpoczyna się od poszukiwania informacji. Informacje te ukryte są w bliższej i dalszej okolicy.
-
- Podstawowym elementem, decydującym o sukcesie tego projektu będzie sprawna komunikacja i współpraca między poszczególnymi jednostkami podczas realizacji poszczególnych zadań oraz koordynacja całego przedsięwzięcia.

- **Godzina 13:00 Obiad**
- **Godzina 14:00 – Wyjazd grupy**
-
- **Wycena**

Nocleg w ośrodku Edukacji Ekologicznej lub hotelu królewskim	560	
Nocleg w Zoom Przygody, Karino,	470	
Park Linowy 1 trasa + 35 zł/osoba		

Adam Mak - „MAKADAN”

makadan@wp.pl,

Tel 606230429