

ZIELONA SZKOŁA 5-dni

Lasy Janowskie - lasy kompleksu obejmują powierzchnię ok. 31 tys. ha, położone są w północno-wschodniej części Kotliny Sandomierskiej u podnóża Roztocza Zachodniego. **Skarbiec Leśny** to malownicze tereny poprzecinane dolinami rzek z licznymi wzniesieniami wydmyowymi i torfowiskami. Zobaczymy tu przepiękne rezerваты takie jak „Imielty Lug”, „Łęka” czy „Szkłarnia” posiadające ok. 2000 ha śródleśnych stawów oraz bogatą faunę (bobry, wydry, głuszce, wilki, czarne bociany) i florę (rosiczka, widłaki, storczyki, sopłówki) Czyste, naturalne środowisko wodne i leśne, które stanowi bór sosnowo - jodłowy oraz liczne szlaki turystyczne stwarzają duże możliwości aktywnego wypoczynku oraz uprawiania sportów wodnych, rowerowych i jeździectwa . Lasy Janowskie to również jedno z największych partyzanckich pól bitewnych II wojny światowej oraz Powstania Styczniowego

Zakwaterowanie:

Zoom Przygody, Karino, Zoom Natury, Ośrodek Edukacji Ekologicznej

Uwagi

Czas i program pobytu grup szkolnych, ustalane jest przez opiekuna klasy w zależności od potrzeb i wieku uczestników. W czasie pobytu mogą być realizowane wybrane elementy programów nauczania (po uzgodnieniu z nauczycielami uczącymi) w zakresie biologii, przyrody, geografii. Poniżej przedstawiony jest przykładowy program 5-dniowej zielonej szkoły, który można dowolnie zmieniać w zależności od potrzeb, zainteresowania danej grupy.

Dzień I - przyjazd do Ulanowa, zakwaterowanie, zapoznanie się z regulaminem, czas do dyspozycji kierownika grupy

Godzina 13:30 – obiad

Godzina 14:30- Zwariowana Olimpiada

Zwariowana olimpiada uczestnicy w grupach 5-osobowych rywalizują w 20 różnych konkurencjach np.

- **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.
- **Mega supeł** - konkurencja zmuszająca wszystkich do kreatywnego działania w zespole
- **Jazda na rowerze przeciwskrętnym** – konkurencja polegająca na pokonaniu slalomu na rowerze. Jedynym utrudnieniem jest fakt, iż w rowerze wszystko działa odwrotnie. W tej zabawie można się przekonać jak trudno jest wyeliminować wyuczony nawyki
- **Obęcz** – konkurencja logiczna, w której zespół ma do wykonania zadanie wydające się w pierwszej chwili niemożliwe do zrealizowania.
- **Skoczek**– jest to wspaniała zabawa, w której cały zespół musi wyskakać sobie zwycięstwo



Godzina 18:30– kolacja

Godzina 21:00 – Dyskoteka

Dzień II

Godzina 8:00 –śniadanie

Godzina 9:00 –Rozgrywki sportowe

Mega piłkarzyki- jest to gra na gigantycznym dmuchanym boisku, w którym uczestnicy są piłkarzykami. Jest to bardzo wesoła, wyczerpująca konkurencja



Bunge Run - zabawa polega na rywalizacji po między dwoma uczestnikami na dwóch dmuchanych torach. Uczestnicy przypięci do gum muszą pokonać jak największy dystans.



Godzina 13:30–obiad

12 prac herkulesa- jest to szereg konkurencji o charakterze siłowo-umysłowym, w którym uczestnicy zostają podzieleni na 6 osobowe zespoły rywalizujące w różnych konkurencjach. Projekt ten zmusza uczestników do kreatywnego podejścia do różnych konkurencji, generowania pomysłów oraz formowania ich w konkretne rozwiązania. Często zamiast siły będzie liczył się spryt i inteligencja całego zespołu. Poniżej przedstawiamy konkurencje, z którymi mierzą się uczestnicy:

1. Sześcionarty - jest to konkurencja polegająca na jak najszybszym pokonaniu trasy za pomocą specjalnych elastycznych 6 osobowych nartach. Jest to konkurencja, w której uczestnicy muszą złapać wspólny rytm aby ukończyć konkurencję.

2. Pajęczynka - W projekcie tym zespoły, na które podzieleni są uczestnicy, stają przed „pajęczynami” (siatkami rozpiętymi między podtrzymującymi je palikami). Zadaniem każdego zespołu jest przeprowadzenie wszystkich jego członków przez „oka” pajęczyn” (otwory w siatce), z zachowaniem określonych reguł. W tym projekcie

najważniejsza jest współzależność oraz współodpowiedzialność za realizację zadania.

3. Przeprowa - projekt, w którym uczestnicy podzieleni na zespoły mają za zadanie przeprowaenie się przez "niebezpieczną i zdradliwą rzekę". Jedynym sprzętem jakim dysponują są dwie małe płytki. Prąd rzeki jest bardzo wartki w związku z czym bardzo łatwo można stracić płytki i utonąć.

4. Mega slalom - konkurencja należąca do wyjątkowo skomplikowanych, która polega na pokonaniu pewnego slalomu. Aby trochę utrudnić zadanie uczestnicy przy pomocy różnych przyrządów (kij do unihokeja, krowieta, golfa, palanta, baseballa) przeprowadzić piłkę w pijanych okularach do końca trasy. Bardzo wesoła a zarazem trudna konkurencja.

5. Kontakt - zespół podzielony na dwie podgrupy musi przekazać sobie prawidłowo informację na odległość nie posługując się przy tym przekazem ustnym. Po zakończeniu fazy planowania zespół dzieli się na dwie podgrupy, w których każda zajmuje wskazaną przez instruktora pozycję. Wówczas rozpoczyna się druga faza projektu, czyli jego praktyczne wykonanie.

6. Latające dywany - konkurencja, w której każdy zespół będzie musiał wyłonić lidera potrzebnego do wykonania tego zadania. Zadanie polega na przemieszczeniu się pięciu osób z grupy, na drugą stronę trasy bez dotykania podłoża. Jedynym artefaktem, którym będą dysponowali uczestnicy jest specjalny dywan. Zadanie wymagające od uczestników zgrania, dokładności i sporej kondycji fizycznej.

7. Piłkarze - ta z pozoru myląca nazwa konkurencji niewiele wspólnego ma z grą w piłkę. Zadanie polega na włożeniu zestawu różnych piłek za pomocą specjalnych pałeczek do kosza. Jest to program wymagający od uczestników dużej precyzji i zgrania całego zespołu.

8. Magiczne pola - konkurencja z rodzaju matematyczno-sportowych polegająca na odnalezieniu wyznaczonych numerków. W tym zadaniu uczestnicy będą musieli wykazać się zdolnością komunikacji, planowania oraz dużą szybkością.

9 Sztafeta złotego jaja - konkurencja polegająca na przetransportowaniu jaja lub piłeczki za pomocą specjalnego urządzenia na odległość. W tej konkurencji wymagana jest ogromna precyzja, dokładność i koordynacja całego zespołu.

10. Logikuszapałczany - tym razem na uczestników wśród wielu konkurencji o charakterze fizycznym czeka do rozwiązania mega zagadka

logiczna. Uczestnicy zmierzają się z zadaniem, w którym będą musieli wykazać się dużą wyobraźnią oraz logicznym, twórczym myśleniem.

11. Krecia robota - Projekt ten wprowadza uczestników w nowe, nieznanne środowisko poprzez pozbawienie ich jednego ze zmysłów - wzroku. W projekcie tym uczestniczy jednocześnie kilka zespołów. Każdy zespół ma za zadanie dotrzeć do punktu końcowego trasy, której znana jest tylko jej pierwsza część. Instrukcje dotyczące dalszej części trasy posiada inny zespół. Prawidłowa wymiana tych informacji stanowi o wzajemnym powodzeniu wszystkich zespołów w tym projekcie. Projekt ten pokazuje jak ważnym w procesie komunikacji jest sposób formułowania komunikatów.

12. Wąż boa - zadaniem całej drużyny jest przepleść linę od pierwszego do ostatniego uczestnika w odpowiedni sposób aby połączyć wszystkich uczestników. Zadanie należy do wyjątkowo wesołych.

Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 20:00 - Ognisko połączone z pieczeniem kiełbasek

Dzień III

Godzina 8:00 – śniadanie

Godzina 9:00

Wyprawa samochodami terenowymi po bezdrożach leśnych. Istnieją różne możliwości:

- ❖ Off-road – ok. 1 godzinna przeprawa po terenie leśnym (mokradła, wzniesienia, wydmy, bagna)
- ❖ Off-road wariant ekstrem - polega na przeprawie samochodem terenowym terenu bagiennego ok. 1 godzina
- ❖ Wycieczka połączona ze zwiedzaniem Kruczek + Żeremie bobrowe ok. 1,5 godziny



Godzina 14:00 –obiad

Godzina 15:00 –Gra medyczna

Medicus – gra edukacyjna mająca na celu nauczenia 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



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

Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 21:00– nocna wyprawa połączona z wieloma niespodziankami

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.



Dzień IV

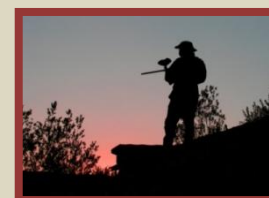
Godzina 8:00 –śniadanie

Godzina 9:00

MISJA - Zagadka kryminalna

Scenariusz:

Misja jest to rodzaj turnieju, w którym uczestnicy zostają podzieleni na kilka zespołów, które będą rywalizowały



podczas całego spotkania. Zadaniem każdego z zespołów jest wykonanie pięciu arcytrudnych zadań, w których będzie liczył się spryt, zdolność planowania, odpowiednia strategia oraz wytrzymałość fizyczna. Kolejnym zadaniem czekającym na uczestników jest odnalezienie 25 elementów pewnej układanki, która po złożeniu w całość daje rozwiązanie zadania.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4 godziny

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: gra terenowa, rywalizacja

Ilość uczestników: 20-80

Godzina 14:00 – obiad

Park Linowy – system przeszkód linowych o długości ok. 270 metrów zainstalowanych na drzewach, który pozwala uczestnikom sprawdzić swoją wytrzymałość fizyczną.



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

Po kolacji czas do dyspozycji wychowawców

Dzień V

Godzina 8:00 śniadanie

Godzina 9:00

Paintball – Dwie lub więcej drużyn walczą ze sobą strzelając do siebie kulkami z farbą przy pomocy pneumatycznych karabinków. Zabawa może być oparta na wielu różnych scenariuszach np.

- **Telegrafista** – jeden z zespołów ma zbudować 300-metrową linię telefoniczną, natomiast drugi zespół to zadanie utrudnia.
- **Łowy** – zabawa, w której uczestnicy wyposażeni w broń muszą upolować 3 wyszkolonych, nieuzbrojonych uciekinierów.
- **Misja** – zabawa z użyciem samochodów terenowych, zajęć linowych, przepraw bagiennych polegająca na odbiciu zakładników.
- **Zdobywanie flagi przeciwnika** – najbardziej popularny scenariusz gry leśnej.



Godzina 13:00 obiad

Po obiedzie, wyjazd grupy

Cena obejmuje : zakwaterowanie, wyżywienie, usługi przewodnika i instruktorów, ubezpieczenie, samochody terenowe, ognisko z kiełbaskami, dyskotekę.

Kolejność programu może ulec zmianie w zależności od warunków pogodowych. Istnieje możliwość wymiany atrakcji na inne z oferty firmy MAKADAN. W każdym ośrodku obowiązuje doba hotelowa i istnieje możliwość wykwaterowania grupy po śniadaniu.

Wycena

Nocleg w Zoom Przygody, Karino,	620	

Adam Mak - „MAKADAN”

makadan@wp.pl,

Tel 606230429

www.makadan.pl