

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

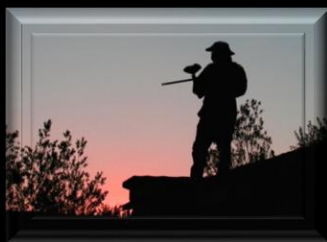
II dzień

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 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. 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: Park linowy + Zabójczy tor

Park Linowy - na uczestników czeka 270 metrowa trasa parku linowego.



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
- obręcz – etap logiczny



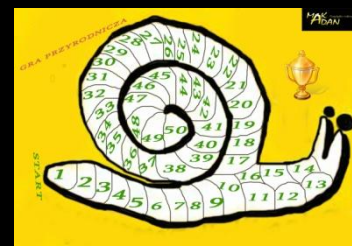
Godzina 13:30 – obiad

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

MIEJSKA STRATEGIA - gra miejska



Miejska strategia jest to gra, która ma na celu oprócz zintegrowania grupy poznanie walorów danego miasta. Wszystkich uczestników dzielimy na zespoły, które mają za zadanie dotrzeć za pomocą mapy, opisu, instrukcji, zdjęć, wskazówek do określonych miejsc na terenie miasta. W każdym miejscu czekają na uczestników różne praktyczne zadania.

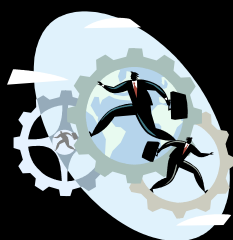
Poniżej przedstawiamy kilka przykładowych miejsc z Janowa Lubelskiego ale ta gra może być zrealizowana w dowolnym mieście. W każdym z tych miejsc uczestnicy będą mogli zapoznać się z danym zabytkiem, miejscem.

- Źródłisko stoki
- Kruczek
- Bełki
- Wystawa szat liturgicznych
- Tabor kolejki wąskotorowej
- i inne

Miejska Strategia łączy tajemniczą i ciekawą zabawę (zdobywanie kamieni) z poznawaniem najciekawszych zakątków kraju.

Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 21:00 – Nocne podchody



Zajęcia Nocne - głównym zadaniem zajęć prowadzonych w nocy jest przewyciężenie 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

- między poszczególnymi jednostkami podczas realizacji poszczególnych zadań oraz koordynacja całego przedsięwzięcia.

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

Koszt programu 610 zł/osoba

Adam Mak - „MAKADAN”

makadan@wp.pl,

Tel 606230429

www.makadan.pl