



POLSKIE TOWARZYSTWO TURYSTYCZNO-KRAJOZNAWCZE

Oddział w Zamościu

ul. Stanisława Staszica 31, 22-400 Zamość

tel. 84 639 31 43, tel.fax 84 638 56 87, tel. kom. 516 148 522

www.zamosc.pttk.pl, e-mai: pttk.zamosc@pro.onet.pl

NIP 922 000 79 60

Regon 950013582

Organizator tur. 039

INTEGRACJA – 2 DNI

Liczba osób: 20 – 50

Termin: do uzgodnienia

Wiek: dzieci 10 -18 lat

Uwagi: dla wygody uczestników zalecane jest posiadanie ubrań sportowych.

Ramowy program pobytu

I dzień

– Przyjazd do Janowa Lubelskiego (zapoznanie się z regulaminem pobytu)

Godzina 9:00 - Zwariowana olimpiada -uczestnicy w grupach 5-osobowych rywalizują w 20 różnych konkurencjach:

- 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 specjalnych nartach. Jest to zabawa wymagająca zgrania, współpracy całego zespołu
- Przeciąganie liny - najbardziej popularna konkurencja na wszystkich imprezach integracyjnych przeznaczona dla dzieci i dorosłych
- 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
- Twister – popularna zabawa strategiczna w gigantycznych rozmiarach

Godzina 13:00 - obiad

Godzina 15:30

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 uroczyska Kruczek oraz żeremi bobrowych, ok. 1,5 godziny

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.

Godzina 18:30 – kolacja

Godzina 21:00

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.

Realizujemy m.in. następujące programy:

Nocne podchody (możliwość stosowania dowolnych scenariuszy)

- łowcy skarbów

- podchody

- poszukiwanie świetlika

Nocleg – hotel/ ośrodek wypoczynkowy/ agroturystyka w Janowie lub w okolicy

II dzień

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

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

Godzina 13:00 - obiad

Godzina 15:30

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 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
- instruktaż jak postępować w przypadku zgubienia się w terenie
- fachową obsługę instruktorską każdej grupy

Marsz medyczny - jest to forma marszu, której głównym zadaniem oprócz biegu na orientację jest nauczanie uczestników podstawowych umiejętności pierwszej pomocy. Uczestnicy będą mieli możliwość w praktyczny sposób przećwiczyć wiele zadań związanych z pierwszą pomocą np. budowa noszy, usztywnianie kończyn, krwotoki, reanimacja i wiele innych. Istnieje możliwość połączenia zadań z pierwszej pomocy z innymi zadaniami praktycznymi.

Godzina 17:00 – Wyjazd do domu

Cena: ok. 230 zł/osoba (30-50 osób)

Cena: ok. 245 zł/osoba (20-29 osób)

CENA ZAWIERA:

- transport autokarowy
- pilotaż
- zakwaterowanie w jednym z ośrodków w Janowie lub w okolicy (agroturystyka)
- wyżywienie (1 x śniadanie, 2 x obiad, 1 x kolacja)
- ognisko z pieczeniem kiełbasek lub dyskoteka z napojami
- realizację programu (opieka doświadczonej kadry animatorów, bilety wstępu)
- ubezpieczenie NNW