

LAF Camp 2021

02 – 12.08.2021

Plan wyjazdu;

- **Zbiórka 02.08.2021 r.**
- Poznań ul. Bydgoska 4 a - Parking wewnętrzny (Śródka),
- Godzina - 8.00
- Planowany wyjazd autokaru - 8.30
- **Powrót 12.08.2021 r.**
- Poznań ul. Bydgoska 4 a - Parking wewnętrzny (Śródka),
- Godzina – około 15.00

RAMOWY PLAN DNIA

07.30 – 08.00 pobudka

8.00 – 8.30 toaleta poranna

8.30 - 9.00 śniadanie

09.00– 14.00 zajęcia planowe

14.00 – 14.30 obiad

14.30 - 15.00 cisza poobiednia

15.00 – 18.00 zajęcia planowe

18.00 – 18.30 kolacja

18.30 – 21.30 zajęcia planowe

21.30 – 22.00 toaleta wieczorna

22.00 – cisza nocna

Zajęcia tematyczne:

Wspinaczka skałkowa – nauka i zapoznanie się z podstawami wspinaczki skałkowej. Zajęcia odbywają się na skałkach Leśnego Szlaku Wspinaczkowego w Szczytnej.

POZNAJEMY:

- sprzęt – dokładne omówienie budowy i parametrów wspinaczkowego ekwipunku (buty, uprząż, liny, karabinki i wiele innych przyrządów),
- węzły – nauka i ćwiczenie biegłości w wiązaniu węzłów wykorzystywanych we wspinaczce,
- asekuracja – “na wędkę” prowadzenie drogi w skale, technika wspinania, wspinaczka w różnych formacjach skalnych, podchodzenie po linie,
- *Małpi gaj* dla początkujących.

Biegi na orientację – obozowicze poznają także zasady biegów na orientację. To sport, który łączy wysiłek fizyczny i myślenie. Od uczestników wymaga sprawności, koncentracji, szybkiego podejmowania decyzji i ciągłego planowania, a przy tym jest sportem dla każdego.

POZNAJEMY:

- odczytywanie map, obsługa kompasu, odnajdowanie punktów w terenie, odczytywanie kierunków w terenie na podstawie roślinności, słońca, poszukiwanie tropów (zajęcia w terenie).

Odyseja Umysłu - naszym celem jest rozwój zdolności twórczych, jakie posiada każdy młody człowiek. Uczymy dzieci i młodzież kreatywnego i krytycznego myślenia, angażując grupy uczestników

w proces twórczego rozwiązywania problemów rozbieżnych – czyli takich, które rozwiązać można na wiele sposobów.

ZAJĘCIA RUCHOWE:

- unihokej,
- siatkówka,
- piłka nożna,
- basen,
- kręgle.

CO JESZCZE NA NAS CZEKA?

- wycieczki: ***Góry Stołowe Szczeliniec Wielki (wycieczka z przewodnikiem), Jaskinia Niedźwiedzia, Rezerwat Przyrody Torfowiska, Schronisko pod Muflonem i Masarykova Chata,***
- warsztaty plastyczne – magnesy, *GRAFIKA,*
- ognisko,
- dzień piany (grupa młodsza),
- bitwa wodna itp.

Ważne informacje :

1. Prosimy o podanie informacji o nietolerancjach pokarmowych uczestnika obozu, diecie.
2. Oświadczenia Covid – 19, oddajemy przy autokarze.
3. Wszystkie dzieci posiadają własny zestaw: maseczki i mały płyn do dezynfekcji.
4. Prosimy o podanie rozmiarów koszulek do 12.07.2021 r.
5. Wystawiamy pisemną zgodę na podanie leku (nawet witaminy) na nazwisko Marta Jakubowska i Ewelina Jarmużek - jeśli jest taka konieczność. Dobrze jest leki opisać na opakowaniach i umieścić np. w kosmetyczce.
6. Informacja o umiejętnościach pływackich dziecka (nowi uczestnicy).
7. Telefony do rodziców wykonujemy rano, przed śniadaniem. Po, zostają złożone w depozycie u wychowawcy.
8. Proszę o zapakowanie nakryć głowy, bidonów (na terenie ośrodka znajduje się źródło z wodą mineralną), środków ochrony przed komarami i kleszczami. Młodsze dzieci mogą mieć podpisane.

9. Dzieci zostaną podzielone na dwie grupy.
10. Wspinaczka skałkowa nie jest prowadzone w formie ekstremalnej.
11. Informacje co należy zabrać w załączniku.
12. Kierownik obozu LAF Camp 2021 – Konrad Jakubowski
nr telefonu 693552145

Fundacja LAF