

Strażnicy Krainy Żywiółów - podróż do własnej mocy PLAN

Poniedziałek

**Kraina Ziemi – spokój i bezpieczeństwo (równowaga,
zaufanie)**

07:00 – 08:00 Przywitanie dzieci, czas wolny.

08:00 – 08:30 II śniadanie.

08:30 – 09:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Spokój Ziemi. Park #KS.

- Zapoznanie z kadrą i uczestnikami.
- Storytelling - wprowadzenie do fabuły Strażników Żywiółów. Kraina Ziemi.
- Rozmowa - czym jest spokój i poczucie bezpieczeństwa.
- Tworzenie własnych Kart Strażnika Żywiółów.

09:30 – 13:00 Wyprawa do Muzeum Wsi Radomskiej. Misja: Zaufanie Ziemi. Wycieczka zewnętrzna.

- Gra terenowa – odnajdywanie punktów na mapie.
- Zadania zespołowe – współpraca i komunikacja.
- Zajęcia kreatywne – lepienie z gliny.

13:00 – 13:30 Obiad.

13:30 – 15:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Bezpieczeństwo Ziemi. Park #KS.

- Budowanie bazy.
- Mindfulness - ćwiczenia wyciszające i relaksacyjne

15:30 – 16:00 Podwieczorek.

16:00 – 16:30 Czas wolny / odbiór dzieci.

Wtorek

Kraina Powietrza – radość i lekkość (energia, ciekawość)

07:00 – 08:00 Przywitanie dzieci, czas wolny.

08:00 – 08:30 II śniadanie.

08:30 – 10:00 Zajęcia integracyjne. Misja: Radość Powietrza. Park #KS.

- Storytelling - Kraina Powietrza.
- Rozmowa - radość i pozytywne emocje.
- Zajęcia kreatywne – tworzenie latawców

10:00 – 13:00 Wyprawa na ściankę wspinaczkową. Misja: Odwaga Powietrza. Wycieczka zewnętrzna.

- Podstawy bezpieczeństwa i asekuracji.
- Wspinaczka na trasach o różnym poziomie trudności.
- Pokonywanie własnych barier i budowanie pewności siebie.
- Ćwiczenie koncentracji i zaufania do siebie.

13:00 – 13:30 Obiad.

13:30 – 15:30 Zajęcia sportowe. Misja: Lekkość Powietrza. Park #KS.

- Wyścigi drużynowe.
- Gry z piłką.
- Zadania na refleks i szybkość.

15:30 – 16:00 Podwieczorek.

16:00 – 16:30 Czas wolny / odbiór dzieci.

Środa

Kraina Ognia – siła i odwaga (energia, działanie)

07:00 – 08:00 Przywitanie dzieci, czas wolny.

08:00 – 08:30 II śniadanie.

08:30 – 09:00 Zajęcia integracyjne. Misja: Siła Ognia. Park #KS.

- Storytelling – Kraina Ognia.
- Rozmowa – złość, frustracja, determinacja – bezpieczne wyrażanie emocji.

09:00 – 14:30 Wyprawa na pole paintballowe. Misja: Próba Ognia.
Wycieczka zewnętrzna.

- Zadania zespołowe.
- Poszukiwanie skarbu.

13:00 – 13:30 Obiad - Ognisko z kiełbaskami.

14:30 – 15:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Wewnętrzny Ogień.
Park #KS.

- Zajęcia kreatywne - tworzenie symboli „wewnętrznej mocy”.
- Gry zespołowe i wyzwania sprawnościowe.

15:30 – 16:00 Podwieczorek.

16:00 – 16:30 Czas wolny / odbiór dzieci.

Czwartek

Kraina Wody – opanowanie i równowaga (kontrola emocji)

07:00 – 08:00 Przywitanie dzieci, czas wolny.

08:00 – 08:30 II śniadanie.

08:30 – 10:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Spokój Wody. Park #KS.

- Storytelling – Kraina Wody.
- Rozmowa o radzeniu sobie z emocjami.
- Ćwiczenia oddechowe i wyciszające.
- Przygotowanie do wyprawy – omówienie zasad bezpieczeństwa na basenie

10:30 – 13:00 Wyprawa na basen. Misja: Próba Wody. Wycieczka zewnętrzna.

- Gry i zabawy wodne.
- Zadania zespołowe w wodzie.

13:00 – 13:30 Obiad.

13:30 – 15:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Kontrola Wody. Park #KS.

- Zajęcia kreatywne – tworzenie kul do kąpieli.
- Spokojne gry zespołowe.

15:30 – 16:00 Podwieczorek.

16:00 – 16:30 Czas wolny / odbiór dzieci.

Piątek

Pasowanie na Strażnika Żywołów – wiara w siebie (moja moc)

07:00 – 08:00 Przywitanie dzieci, czas wolny.

08:00 – 08:30 II śniadanie.

08:30 – 10:00 Zajęcia integracyjne. Misja: Głos Strażników. Park #KS.

-
- Storytelling – podsumowanie przygody i Wielka Rada Strażników.
 - Rozmowa o emocjach i doświadczeniach.

10:00 – 13:00 Wyprawa do kina. Misja: Zbieranie Mocy. Wycieczka zewnętrzna.

-
- Seans w Multikinie.

13:00 – 13:30 Obiad.

13:30 – 15:30 Zajęcia integracyjne. Misja: Ostatnia Próba. Park #KS.

-
- Aktywacja Mocy Strażnika – wybór swojego żywołu, nazwanie mocy
 - Ceremonia przemiany.
 - Pasowanie na Strażników Żywołów.
 - Rozdanie nagród.

15:30 – 16:00 Podwieczorek.

16:00 – 16:30 Czas wolny / odbiór dzieci.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany planu zajęć (kolejności punktów, czasu trwania lub formy aktywności) ze względu na warunki atmosferyczne, bezpieczeństwo uczestników, szybkość pracy grupy oraz inne czynniki niezależne od organizatora. Nadrzędnym celem jest realizacja programu w sposób dostosowany do możliwości uczestników.