

Ramowy harmonogram obozu szkoleniowego w Bartkowej 18 - 23.06.2010r.

Posiłki:

ŚNIADANIE 8:15

OBIAD 13:30

KOLACJA 18:00

Piątek 18.06

GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	
7.30	Wyjazd z parkingu szkolnego	
8.30	Przyjazd do ośrodka, śniadanie	
9.00	Przydział pokoi, rozlokowanie	
GRUPA I		GRUPA II
9.45 – 11.15	zajęcia psychoedukacyjne z pedagogiem	9.45 – 12.45 zajęcia terenowe (bieg na orientacje)
11.30 – 13.00	zajęcia biologiczne w terenie	
13.15 – 13.30	obiad	
14.00 – 17.00	zajęcia terenowe (bieg na orientacje)	14.00 – 15.30 zajęcia psychoedukacyjne z pedagogiem
		15.45 – 17.15 zajęcia biologiczne w terenie
18.00 – 18.30	kolacja	
18.30 – 21.00	zajęcia integracyjno - rekreacyjne	
21.00 – 22.00	toaleta wieczorna	
22.00 – 7.00	cisza nocna	

Sobota 19.06.

GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	
7.00	pobudka	
7.45	śniadanie	
GRUPA I		GRUPA II
8.15 – 11.15	doradztwo zawodowe	8.15 – 9.45 zajęcia meteorologiczne w terenie
11.30 – 13.00	zajęcia meteorologiczne w terenie	10.00 – 11.30 zajęcia chemiczne
		11.45 – 13.15 doradztwo zawodowe
13.30 – 14.00	obiad	
14.30 – 16.00	zajęcia chemiczne	14.30 – 16.00 doradztwo zawodowe
16.00 – 17.30	zajęcia rekreacyjno - sportowe	
17.30 – 18.00	kolacja	
18.00 – 18.30	przygotowania do wyjazdu	
18.30 - 19.30	powrót, przyjazd na parking przyszkolny	

Niedziela 20.06.

7:30 pobudka

	<i>Zastęp I</i>	<i>Zastęp II</i>	<i>Zastęp III</i>	<i>Zastęp IV</i>
9:00 – 12:15	piesza wycieczka do Gródka nad Dunajcem – udział we mszy św.			
14:00 – 17:00	zajęcia sportowe			

19:00-21:30 dyskoteka/ognisko

22:30 – 6:45 cisza nocna

Poniedziałek 21.06

6:45 pobudka

7:00 zaprawa poranna

7:15 apel

Zajęcia w zastępach – 8 godzin

	<i>Zastęp I</i>	<i>Zastęp II</i>	<i>Zastęp III</i>	<i>Zastęp IV</i>
9:00 – 10:30	Park linowy	Ścianka wspinaczkowa	Pierwsza pomoc	Interwencje
10:45 – 12:15	Interwencje	Park linowy	Ścianka wspinaczkowa	Pierwsza pomoc
14:00 – 15:30	Pierwsza pomoc	Interwencje	Park linowy	Ścianka wspinaczkowa
15:45 – 17:15	Ścianka wspinaczkowa	Pierwsza pomoc	Interwencje	Park linowy

19:00-21:30 zajęcia integracyjne

22:30 – 6:45 cisza nocna

Wtorek 22.06.

6.45 pobudka

7:00 zaprawa poranna

7:15 apel

Zajęcia w zastępach – 8 godzin

	<i>Zastęp I</i>	<i>Zastęp II</i>	<i>Zastęp III</i>	<i>Zastęp IV</i>
9:00 – 10:30	Kajaki	Policja wodna	Strzelnica	Interwencje
10:45 – 12:15	Interwencje	Kajaki	Policja wodna	Strzelnica
14:00 – 15:30	Strzelnica	Interwencje	Kajaki	Policja wodna
15:45 – 17:15	Policja wodna	Strzelnica	Interwencje	Kajaki

19:00-21:30 dyskoteka/ognisko

22:30 - 6:45 cisza nocna

Środa 23.06.

6:45 pobudka

7:00 zaprawa poranna

7:15 apel

9:00 – 12:30 rywalizacja zastępów (strzelanie, tor przeszkód, test wiedzy, pierwsza pomoc, kajaki)

14:30-15:30 wykwaterowanie

Okolo 16:30 przyjazd do Gromnika

UWAGA!

Wszyscy uczniowie pełnić będą warty na ośrodku według harmonogramu. Warty te trwać będą 24h/dobę. W czasie wart służbę pełnić będą także opiekunowie. W czasie wolnym przewidziane są zajęcia na jeziorze pod opieką ratownika.