

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

#KochamSkakać Radom

Poniedziałek – Dzień 1: Narodziny Superbohatera

- 07:30–08:30** **Zbiórka dzieci**
- 08:30–09:00** **Śniadanie**
- 09:00–10:30** **Liga Bohaterów rekrutuje Superbohaterów – zajęcia integracyjne**
- Opowieść o Lidze Bohaterów i jej misji.
 - Tworzenie drużyn, wybór supermocy, tworzenie postaci, projektowanie logo.
- 10:30–13:30** **Pierwszy trening Supermocy – tor przeszkód Runmageddon**
- Zasady bezpiecznego korzystania z toru OCR
 - Nauka Super rozgrzewki.
 - Pokonywanie pierwszych przeszkód.
- 13:30–14:00** **Obiad**
- 14:00–16:00** **Budowanie Siedziby Superbohaterów**
- Projektowanie i budowa siedziby Superbohaterów.
 - Szyfrowanie kodów dostępu.
- 16:00–16:30** **Podwieczorek**
- 16:30–17:30** **Odbiór dzieci**

* Harmonogram może ulec zmianom, ale emocji i dobrej zabawy nie zabraknie!

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

#KochamSkakać Radom

Wtorek – Dzień 2: Pierwsza Próba Superbohaterów

- 07:30–08:30 Zbiórka dzieci**
- 08:30–09:00 Śniadanie**
- 09:00–10:30 Przysięga Superbohaterów - zajęcia integracyjne**
- Składanie przysięgi ochrony wartości, bliskich i ludzi potrzebujących pomocy.
 - Tworzenie drużyn superbohaterów, wymyślanie nazw i herbów.
 - Zdobywanie punktów supermocy za współpracę.
- 10:30–13:30 Połączenie sił w walce z gildią złoczyńców**
- Wyścigi drużynowe z przeszkodami.
 - Przeprawy przez „tereny wroga” – tory przeszkód w parku/lesie.
 - Nauka współpracy, wytrzymałości i szybkości.
- 13:30–14:00 Obiad**
- 14:00–16:00 Wielka misja rozbicia Szajki Złoczyńców – zabawy na Kręgielni**
- Rozbicie Kulami Mocy Szajki Złoczyńców.
 - Nauka zasad fair play i rozwijanie odwagi.
 - Poznanie zasad gry w kręgle oraz techniki chwytu Kul Mocy.
- 16:00–16:30 Podwieczorek**
- 16:30–17:30 Odbiór dzieci**

* Harmonogram może ulec zmianom, ale emocji i dobrej zabawy nie zabraknie!

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

#KochamSkakać Radom

Środa – Dzień 3: Tajemnicze Wyzwania Superbohaterów

07:30–08:30	Zbiórka dzieci
08:30–09:00	Śniadanie
09:00–10:30	Warsztaty wynalazców super gadżetów – zajęcia integracyjne • Tworzenie wynalazków, które mają szansę uratować świat (wykrozystanie materiałów plastycznych). • Budowanie wieży obronnej oraz testy jej wytrzymałości.
10:30–13:30	Trening siły legendarnych herosów – zajęcia na zaawansowanym torze Runmageddon • Trening prowadzony przez najlepszych trenerów superbohaterów. • Szlifowanie technik przejścia zaawansowanych przeszkód na torze.
13:30–14:00	Obiad
14:00–16:00	Kodeks Superbohatera. Nie atakuj innych – broń się! • Podstawy samoobrony: warsztaty z mistrzem sztuk walki. • Unikanie konfrontacji – jak łagodzić konflikty.
16:00–16:30	Podwieczorek
16:30–17:30	Odbiór dzieci

* Harmonogram może ulec zmianom, ale emocji i dobrej zabawy nie zabraknie!

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

#KochamSkakać Radom

Czwartek – Dzień 4: Bohaterska Próba Charakteru

- 07:30–08:30 Zbiórka dzieci**
- 08:30–09:00 Śniadanie**
- 09:00–10:30 Super odżywianie – warsztaty kulinarne**
- Nauka o zdrowym odżywianiu.
 - Tworzenie „super mikstur” (koktajli owocowo-warzywnych).
 - Zabawy w detektywa smaku.
- 10:30–13:30 Starcie z drużyną Złoczyńców na torze Runmageddon**
- Zajęcia na torze przeszkód, na którym złoczyńcy próbują „przeszkadzać” bohaterom.
 - Zadania na czas z punktami za precyzję i szybkość.
 - Zdobywanie podpowiedzi jak ostatecznie pokonać Bossa Złoczyńców.
- 13:30–14:00 Obiad**
- 14:00–16:00 Podniebna misja odnalezienia Amuletu Mocy**
- Wspólne zajęcia w interaktywnym centrum edukacyjno-rozrywkowym Flyport.
 - Poznanie różnych technik tworzenia samolotów z papieru i wykorzystanie ich w praktyce.
 - Wyjazd windą na orbitę i sterowanie marsjańskimi łożnikami.
 - Kosmiczny tor przeszkód.
- 16:00–16:30 Podwieczorek**
- 16:30–17:30 Odbiór dzieci**

* Harmonogram może ulec zmianom, ale emocji i dobrej zabawy nie zabraknie!

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

#KochamSkakać Radom

Piątek – Dzień 5: Liga Bohaterów – Ostatnie Starcie!

- 07:30–08:30 Zbiórka dzieci**
- 08:30–09:00 Śniadanie**
- 09:00–10:30 Poznajmy prawdziwego Bossa Superbohaterów:**
- Spotkanie z prawdziwym bohaterem (lokalny Superbohater - osoba czyniąca dobro).
 - Inspirująca historia misji bohatera.
 - Możliwość zapisu na wolontariat.
- 10:30–13:30 Finałowa misja bohaterów: ratujemy świat przed wielkim Szefek Złoczyńców**
- Zadania zespołowe na torze przeszkód Runmageddon.
 - Wspólne sprzątanie świata – rozmowa o wadze segregacji śmieci.
 - Wielka finałowa walka o uratowanie świata.
- 13:30–14:00 Obiad**
- 14:00–16:00 Ceremonia Uhonorowania Superbohaterów**
- Wręczenie medali „Mistrzów Supermocy”.
 - Wyznaczenie nowej misji Superbohaterom - zrobienie czegoś dobrego dla innych
 - Podsumowanie półkolonii i pożegnanie uczestników.
- 16:00–16:30 Podwieczorek**
- 16:30–17:30 Odbiór dzieci**

* Harmonogram może ulec zmianom, ale emocji i dobrej zabawy nie zabraknie!