

PLAN DNIA*

SZCZECIN – KIDS ARENA SP Z O.O.

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

Poniedziałek – Dzień 1: Narodziny Superbohatera

- 07:30–09:00 Zbiórka dzieci**
- 09:00–09:30 Śniadanie**
- 09:30–11:00 Liga Bohaterów rekrutuje Superbohaterów – zajęcia integracyjne**
- Opowieść o Lidze Bohaterów i jej misji.
 - Tworzenie drużyn, wybór supermocy, tworzenie postaci, projektowanie logo.
 - Stworzenie wspólnego regulaminu każdej grupy.
- 11:00–14:00 Pierwszy trening Supermocy – tor przeszkód Runmageddon**
- Zasady bezpiecznego korzystania z toru OCR
 - Nauka Super rozgrzewki.
 - Pokonywanie pierwszych przeszkód.
- 14:00–14:30 Obiad**
- 14:30–16:30 Budowanie Siedziby Superbohaterów**
- Projektowanie i budowa siedziby Superbohaterów.
 - Szyfrowanie kodów dostępu.
 - Nauka podstaw obrony przed wrogami.
- 16:30–17:00 Podwieczorek**
- 17:00–17:30 Odbiór dzieci**

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

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

.....

Wtorek – Dzień 2: Pierwsza Próba Superbohaterów

- 07:30–09:00** **Zbiórka dzieci**
- 09:00–09:30** **Śniadanie**
- 09:30–11:00** **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.
- 11:00–14:00** **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.
- 14:00–14:30** **Obiad**
- 14:30–16:30** **Wielka misja ratunkowa – zabawy w parku linowym lub na ścianie wspinaczkowej**
- Ucieczka z „pułapki złoczyńców”.
 - Pokonywanie własnych lęków i rozwijanie odwagi.
 - Nauka koordynacji, techniki chwytu i współpracy.
- 16:30–17:00** **Podwieczorek**
- 17:00–17:30** **Odbiór dzieci**

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

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

.....

Środa – Dzień 3: Tajemnicze Wyzwania Superbohaterów

- 07:30–09:00** **Zbiórka dzieci**
- 09:00–09:30** **Śniadanie**
- 09:30–11:00** **Warsztaty wynalazców super gadżetów – zajęcia integracyjne**
- Projektowanie peleryn, tarcz i emblematów.
 - Tworzenie prostych wynalazków z materiałów plastycznych.
 - Budowanie konstrukcji.
- 11:00–14:00** **Trening siły legendarnych herosów – zajęcia na zaawansowanym torze OCR**
- Trening prowadzony przez najlepszych trenerów superbohaterów.
 - Nauka zaawansowanej techniki OCR.
- 14:00–14:30** **Obiad**
- 14:30–16:30** **Kodeks Superbohatera. Nie atakuj innych – broń się!**
- Podstawy samoobrony.
 - Unikanie konfrontacji – jak łagodzić konflikty.
- 16:30–17:00** **Podwieczorek**
- 17:00–17:30** **Odbiór dzieci**

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

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

.....

Czwartek – Dzień 4: Bohaterska Próba Charakteru

- 07:30–09:00** **Zbiórka dzieci**
- 09:00–09:30** **Śniadanie**
- 09:30–11:00** **Super odżywianie – warsztaty kulinarne**
- Nauka o zdrowym odżywianiu.
 - Tworzenie „super mikstur” (koktajli owocowo-warzywnych).
 - Zabawy w detektywa smaku.
- 11:00–14:00** **Starcie z drużyną Złoczyńców**
- Zajęcia na torze przeszkód, na którym złoczyńcy próbują „przeszkadzać” bohaterom.
 - Zadania na czas z punktami za precyzję i szybkość.
 - Zdobywanie wskazówek prowadzących do zdobycia finałowego skarbu.
- 14:00–14:30** **Obiad**
- 14:30–16:30** **Podwodna misja odnalezienia Amuletu Mocy**
- Wspólne zajęcia na basenie.
 - Pokonywanie wodnych przeszkód.
- 16:30–17:00** **Podwieczorek**
- 17:00–17:30** **Odbiór dzieci**

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

PLAN DNIA*

SUPERBOHATERZY RUNMAGEDDONU VS SIŁY ZŁA

.....

Piątek – Dzień 5: Liga Bohaterów – Ostatnie Starcie!

- 07:30–09:00** **Zbiórka dzieci**
- 08:30–09:00** **Śniadanie**
- 09:00–11:00** **Poznajmy prawdziwego Bossa Superbohaterów:**
- Spotkanie z prawdziwym bohaterem (lokalny Superbohater - osoba czyniąca dobro).
 - Inspirująca historia misji bohatera.
 - Możliwość zapisu na wolontariat.
- 11:00–14:00** **Finałowa misja bohaterów: ratujemy świat przed wielkim Szefek Złoczyńców**
- Zadania zespołowe na torze przeszkód.
 - Wielka finałowa walka o uratowanie świata.
- 14:00–14:30** **Obiad**
- 14:30–16:00** **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!