



## Szczegółowy plan obozu – Zubrzyca Górna\*

I TURNUS 17-23.01.2021

II TURNUS 24-30.01.2021

Niedziela  
dzień wyjazdu z Wrocławia

08.00 Zbiórka

08.30 Wyjazd

16.30 Przyjazd na miejsce, zakwaterowanie

17.00 Obiad

17.30 Apel powitalny, omówienie zasad panujących na obozie – regulamin

17.30-19.30

**Panel nauki pływania**

*Testy sprawnościowe/podział na podgrupy*

**Panel zajęć artystycznych**

*Szkicowanie i projektowanie. Szkic ołówkiem i malowanie suchymi pastelami*

**Panel zajęć filmowych:**

**Wiedza:** Wprowadzenie w świat mediów. Od czego zacząć? Skąd czerpać pomysły? Jak się do tego zabrać?

**Działanie:** Zbieranie materiałów wideo o ośrodku do własnego vloga. Tworzenie vloga.

19.30 Kolacja

20.00 Zabawy integracyjne – wieczorek zapoznawczy

21-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza Nocna

## Poniedziałek

08.30 Śniadanie

09.30 Wyjazd na stok

### 10.00-13.00 **Szkolenie narciarskie i snowboardowe**

*Testy kwalifikacyjne – podział na trzy grupy zaawansowania*

- *Początkująca*
- *Średniozaawansowana*
- *Zaawansowana*

Ćwiczenia wprowadzające – zasady zachowania na stoku, zapoznanie ze sprzętem

14.00 Obiad

14.30-15.30 Przerwa poobiednia

### 16.00-18.00 **Panele zajęć popołudniowych**

**Panel nauki pływania** *Nauka i doskonalenie pływania style grzbietowym/dowolnym*

**Panel zajęć artystycznych** *„Śnieżynki” na przygotowanych wcześniej bezbarwnych szybkach, dzieci za pomocą kolażu tworzą śnieżne akwarium posługując się wyciętymi z papieru kolorowymi płatkami śniegu oraz farbami w zimowej tonacji(niebieski, zielony, turkus, biały). Powstały obrazek jest "zamykany" drugą szybką, dzięki czemu staje się trwałe i odporne na zarysowania*

**Panel zajęć filmowych:** **Wiedza:** *Oprogramowanie i sprzęt – różnice, funkcje, ustawienia, możliwości, zagrożenia. Jak katalogować, dzielić i obrabiać zebrany materiał?*

**Działanie:** *Zbieranie materiałów wideo o Brennej/ Zubrzycy Górnej do własnego vloga. Tworzenie vloga*

18.30 Kolacja

19.30 Dyskoteka - Zumba Kids

21.00-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza nocna

## Wtorek

8.30 Śniadanie

9.30 Wyjazd na stok

**10.00-13.00 Szkolenie narciarskie i snowboardowe z podziałem na trzy grupy:**

- *Początkująca*
- *Średniozaawansowana*
- *Zaawansowana*

14.00 Obiad

14.30-15.30 Przerwa poobiednia

**16.00-18.00 Panele zajęć popołudniowych**

**Panel nauki pływania** *Nauka i doskonalenie pływania style grzbietowym/dowolnym*

**Panel zajęć artystycznych** *Malowanie farbami akrylowymi na płótnie, wstęp do malarstwa ( szkic)*

**Panel zajęć filmowych** **Wiedza:** *Zgłębianie tajników programów do obróbki materiałów wideo. Dźwięk w materiałach – na co zwrócić uwagę.*

**Działanie:** *Zbieranie materiałów wideo o pracy instruktorów narciarstwa/snowboardu – 1 część, materiały do własnych publikacji*

18.30 Kolacja

19.00 Wieczór filmowy z popcornem

21.00-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza nocna



## Środa

8.30 Śniadanie

9.30 Wyjazd na stok

**10.00-13.00 Szkolenie narciarskie i snowboardowe z podziałem na trzy grupy:**

- *Początkująca*
- *Średniozaawansowana*
- *Zaawansowana*

14.00 Obiad

**15.00-18.00 Wycieczka niespodzianka**

18.30 Kolacja

19.30 -21.00 – Wieczorny spacer + zakup pamiątek

21.00-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza nocna

## Czwartek

8.30 Śniadanie

9.30 Wyjazd na stok

**10.00-13.00 Szkolenie narciarskie i snowboardowe z podziałem na trzy grupy:**

- *Początkująca*
- *Średniozaawansowana*
- *Zaawansowana*

14.00 Obiad

14.30-15.30 Przerwa poobiednia

**16.00-18.00 Panele zajęć popołudniowych**

**Panel nauki pływania:** *Nauka i doskonalenie pływania stylem klasycznym elementy pływania stylem motylkowym*

**Panel zajęć artystycznych:** *Filc i szycie pluszaków, pluszakowe breloczki*

**Panel zajęć filmowych:** **Wiedza:** *Różne formaty publikacji jako wyrażenie własnych pomysłów na kanał. Wady, zalety, możliwości i zagrożenia. Jak pozyskiwać widzów? Praca nad tworzeniem finałowego filmu.*  
**Działanie:** *zbieranie materiałów wideo o pracy instruktorów narciarstwa/snowboardu – 2 część, materiały do własnych publikacji.*

18.30 Kolacja

19.00 Góralskie bajanie z ogniskiem

21.00-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza nocna

## Piątek

8.30 Śniadanie

9.30 Wyjazd na stok

10.00-13.00 **Szkolenie narciarskie i snowboardowe z podziałem na trzy grupy:**

- *Początkująca*
- *Średniozaawansowana*
- *Zaawansowana*

14.00 Obiad

14.30-15.30 Przerwa poobiednia

16.00-18.00 **Panele zajęć popołudniowych**

**Panel nauki pływania:** *Nauka i doskonalenie pływania stylem grzbietowym, dowolnym, klasycznym. Zawody pływackie*

**Panel zajęć artystycznych:** *Decoupage, pudełeczka na skarby – technika zdobnicza polegająca na przyklejaniu na odpowiednio spreparowaną powierzchnię wzoru wyciętego z papieru lub serwetki papierowej*

**Panel zajęć filmowych:** **Wiedza:** *Marketing w mediach społecznościowych. Rodzaje, różnice, możliwości. Jak pozyskiwać nowych widzów? Świadomość w mediach. Jak odróżnić i wybierać wartościowe materiały? Jak tworzyć społeczności o podobnych pomysłach, podejściu, wartościach? Praca nad tworzeniem tworzeniem finałowego filmu.*

**Działanie:** *Wykończenie i prezentacja filmu finałowego*

18.30 Kolacja

19.00 Oskary – Gala wieczorna, rozdanie nagród.

Oglądanie nagrań ze stoku, podsumowanie osiągnięć ze szkolenia narciarskiego/snowboardowego

20.00 Wernisaż artystyczny

21.00-22.00 Toaleta wieczorna

22.00 Cisza nocna

### **Sobota – dzień wyjazdu z Zubrzycy Górnej**

8.00 Śniadanie

10.30 Wyjazd w kierunku Wrocławia

17:00 -17:30 Planowany powrót do Wrocławia

Plan obozu zimowego zawiera :

- Nauka jazdy narty snowboard: przewidziana liczba godzin: 15
- Nauka i doskonalenie pływania: przewidziana liczba godzin: 12
- Zajęcia artystyczne: przewidziana liczba godzin: 10-12
- Zajęcia filmowe: przewidziana liczba godzin: 10-12

Atrakcje w trakcie trwania obozu:

- Zawody narciarsko - snowboardowe Happy Winter Challenge 2020
- Wernisaż artystyczny
- Wycieczka niespodzianka
- Pamiątkowe zdjęcia dla każdego uczestnika oraz nagroda niespodzianka za uczestnictwo

\*Plan obozu oraz kolejność zajęć może ulec zmianie ze względu na warunki atmosferyczne