



## I. Program Obozu Aktywna Przygoda- dla uczestników 8-12 lat

### Obszar I – teoria

- **BHP** - zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas przebywania na obozie oraz używania broni
- **Kodeks honorowy** – omówienie zasad, obowiązków i zakazów panujących podczas gier z karabinkami ASG i paintball, zachowanie się podczas trafienia, zachowania fair play

### Obszar II – taktyka wojskowa

- **Poznajemy obsługę repliki ASG i paintball, uczymy się składać i czyścić broń**
- **Uczymy się strzelać z łuków do celu oraz rzucać do celu nożem sportowym**
- **Postawy strzeleckie** - poznajemy rodzaje poprawnych postaw podczas strzelania, ćwiczymy postawy podczas pracy statycznej i dynamicznej, ćwiczymy płynne przejścia pomiędzy postawami
- **Celność strzału** –ćwiczymy strzelanie do tarczy podczas pracy statycznej i dynamicznej
- **Taktyki stosowane w grach wojskowych** - poznajemy sposoby walki: atak, szturm, zorganizowanie obrony, eksploracja terenu rozgrywki
- **Komunikacja** – poznajemy techniki komunikowania się w zespole podczas akcji
- **Kamuflaż** – poznajemy techniki kamuflażu i maskowania się oraz próbujemy ukryć się w terenie przed grupa poszukiwawczą
- **Wojskowy tor przeszkód** – ćwiczymy na torze przeszkód z bronią, rywalizujemy pomiędzy zespołami
- **Gry wojenne** – bierzemy udział w grach wojennych w terenie

### Obszar III – topografia i mapa terenu

- **Kompas** –posługujemy się kompasem i określamy kierunki
- **Inne przyrządy**- samodzielnie budujemy inne przyrządy np. gnomon, zegar słoneczny i inne
- **Topografia** – poznajemy sposoby odnajdywania kierunków w terenie z kompasem i bez przyrządów
- **Mapa** –uczymy się orientować mapę w terenie. Czekają na nas wyprawy z mapą i kompasem, odnajdywanie określonych miejsc podczas wypraw zespołowych, podchody i leśne zabawy
- **Tropy** – poszukujemy tropów leśnej zwierzyny, staramy się je rozpoznać i odnaleźć. Tworzymy gipsowe odlewy tych tropów.

### Obszar IV – budowa bazy w terenie i Zielona Kuchnia

- **Baza** – budujemy szałas w lesie (jednospadowe, dwuspadowe, tipi)
- **Ogniska** – przygotowujemy różne ogniska (wigwam, piramida, studnia, gwiazda, typu T, Dakota, szwedzkie). Rozpalamy ogniska bez użycia zapalek.
- **Zielona Kuchnia** – poszukujemy jadalnych roślin w lesie i na łące, gotujemy z nich posiłki na ogniskach typu Dakota. Poznajemy sposoby zdobycia i uzdatnienie wody pitnej

- **Leśna Apteczka** – poznajemy i poszukujemy roślin leczniczych, uczymy się ich stosować w praktyce
- **Budujemy tratwę** - budujemy w zespołach tratwy oraz wodujemy je. Zobaczymy kto da radę popłynąć...
- **Survivalowe bransoletki** – własnoręcznie wyplatamy survivalowe bransoletki ze sznurka

#### **Obszar V – wspinaczka skałkowa/lub z wykorzystaniem innych elementów krajobrazu**

- **Podstawowe węzły i przyrządy wspinaczkowe** – poznajemy podstawowe węzły używane przy wspinaczce skałkowej i uczymy się je wiązać
- **Wspinaczka** – nauka zasad wspinaczki z wykorzystaniem drzew i naturalnych przeszkód, przeprawy linowe, mosty linowe i inne.

## **II. Zakwaterowanie i wyżywienie**

Uczestnicy zakwaterowani są w namiotach harcerskich min 5 osobowych, wyposażonych w łóżka typu kanadyjka, materac, 2 koce/osobę, półki namiotowe lub domkach 6 i 4 osobowych z łózkami piętrowymi (HBO Kostkowice) lub w domkach 7 osobowych (Stanica Harcerska w Lginiu)

Sanitariaty: wc i prysznice z ciepłą wodą na terenie bazy.

Wyżywienie: 4 posiłki dziennie (śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja), dostępna woda do picia przez cały czas. Konieczność posiadania własnych menażek, sztućcy i kubka

## **III. O ośrodku**

**Stanica Harcerska w Lginiu** to ośrodek położony na terenie Przemęckiego Parku Krajobrazowego, w sosnowym lesie nad brzegiem jeziora Lgińsko, które leży na trasie Konwaliowego Szlaku Kajakowego. W pobliżu znajduje się Stara Rzeka łącząca ze sobą jeziora Lgińsko i Lincjusz oraz kanał łączący ze sobą jeziora Lgińsko i Lginko.

Urozmaicona linia brzegowa oraz okoliczne lasy umożliwiają obcowanie z przyrodą przez cały czas pobytu na obozie.

Własne kąpielisko umożliwia kąpiele w czystej wodzie a bezpieczeństwa kąpiących się strzeże ratownik WOPR.

<http://stanica-lgin.wschowa.pl>

**Harcerska Baza Obozowa w Kostkowicach (HBO Kostkowice)** to ośrodek zajmujący ponad 13 ha sosnowego lasu położony w bliskim sąsiedztwie zalewów, zamków oraz pięknych krajobrazów Jury Krakowsko-Częstochowskiej.

W bliskiej odległości znajduje się Rezerwat Góra Zborów wraz z jaskinią Głęboką, które pozwalają korzystać z uroków wspinaczki skałkowej oraz wycieczek przyrodniczych. W niedalekiej odległości znajdują się zamki: Ogrodzieniec, Mirów, Bobolice oraz Bąkowiec, które należą do szlaku tzw. Orlich Gniazd. W pobliżu obozu znajdują się również interesujące formacje skalne: Wielbłąd i Jarzębnik, Góra Popielowa, Jaskinia Kroczycka oraz Okiennik Wielki. W pobliżu bazy znajduje się Zalew Dzibice oraz wywierzyska rzeki Białki, umożliwiające korzystanie z kąpeli oraz poznawania przyrody i różnorodnej roślinności. <http://baza.zawiercie.zhp.pl>

## **I. Terminy i cena**

**Jura Krakowsko-Częstochowska**

**Harcerska Baza Obozowa ZHP Zawiercie w Kostkowicach  
ul. Wierzbowa 112, 42-425 Kostkowice, gmina Kroczyce**

**26 czerwca-5 lipca 2024** (turnus 10 dni) - 2099 PLN

**5-14 lipca 2024** (turnus 10 dni) – 2099 PLN

**Przemęcki Park Krajobrazowy, jezioro Lgińsko**

**Stacja Harcerska Hufca ZHP Wschowa w Lginiu  
64-150 Wijewo, powiat Leszno, woj. wielkopolskie**

**22-31 lipca 2024** (10 dni) – 2099 PLN

### **Cena zawiera**

- pobyt i zakwaterowanie w domkach lub namiotach harcerskich (decyduje kolejność zgłoszeń)
- wyżywienie 4xdziennie (śniadanie, obiad, podwieczorek i kolacja),
- opiekę wychowawców oraz instruktorów,
- opiekę personelu medycznego i ratownika WOPR,
- bogaty program zajęć zawartych w programie,
- ubezpieczenie NNW,
- mundur (góra) i okulary ochronne na czas zajęć militarnych
- repliki broni z kulkami na czas zajęć militarnych

Cena nie zawiera transportu.

