



Hrvatska škola Outward Bound™

Outward Bound™ Croatia

[www.outwardbound.hr](http://www.outwardbound.hr)

**PUSTOLOVINA NA KRKU**  
**Klasični 8-dnevni Outward Bound program**  
**23. – 30. 3. 2013.**



**O Hrvatskoj školi Outward Bound**

HŠOB je dio međunarodne organizacije Outward Bound International koja već 70 godina provodi programe iskustvenog učenja po cijelom svijetu. HŠOB je nevladina, neprofitna organizacija osnovana 2005. u Hrvatskoj s ciljem uvođenja OB sustava školovanja.

Naša misija: **Pomoći ljudima da otkriju vlastiti potencijal i stvore bolji svijet za sebe i svoju okolinu.**



[www.outwardbound.hr](http://www.outwardbound.hr)



## CILJEVI PROGRAMA

### Osobni razvoj polaznika i razvijanje novih vještina kroz iskustveno učenje u prirodi.

- Osvijestiti osobne granice i naučiti nositi se s izazovima
- Razviti osjećaj osobne odgovornosti
- Unaprijediti vještine komunikacije i rada u grupi
- Unaprijediti vještine snalaženja u prirodi
- Doživjeti prirodu na zabavan i zanimljiv način

### Ciljna skupina:

- mladi ljudi u dobi 15 – 18 godina, srednjoškolci

### Metoda

Programi osobnog razvoja temelje se na metodama iskustvenog učenja u prirodi, koje polaznika smješta izvan udobnosti svakodnevnog života te ga suočava s novim, nepoznatim situacijama u prirodnom okruženju. Polaznik sam odabire razinu željenog izaziva i uvijek ima pravo odstupanja od neke aktivnosti ali je ipak ohrabren da barem pokuša.

Radom i životom unutar grupe razvija se osjećaj odgovornosti i važnosti svakog člana tima. Kroz izazov i pustolovinu polaznik bolje upoznaje sebe i način na koji reagira u takvim situacijama te razvija samopoštovanje i samoodgovornost. Program je pažljivo osmišljen da pruži maksimalno iskustvo i stvori pozitivan stav prema rješavanju problema ili suočavanju s nepoznatim situacijama. To se postiže djelovanjem koje slijedi refleksija kroz razgovor unutar grupe. Cilj je vještine naučene na programu prenijeti u svakodnevni život, gdje su samopoštovanje, osjećaj odgovornosti i pozitivan stav sve potrebne osobne kvalitete.



### Informacije o izazovima

Zbog izazovne prirode programa koji od polaznika zahtjeva razmišljanje u novim situacijama, od polaznika tražimo da tijekom programa ne koriste stvari koje mogu odvući pozornost poput mobitela, mp3 uređaja, časopisa, igraćih karata i sl.

Osim toga **tijekom programa nije dozvoljena konzumacija alkohola, cigareta i droga.**

### PLAN PROGRAMA

#### 8-dnevni program "Pustolovina na Krku"

<b>Dan 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dolazak na Krk</li> <li>• Uvod u Outward Bound</li> <li>• Osobna očekivanja i ciljevi</li> <li>• Zajednička pravila</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnji krug</li> <li>• Aktivnosti u prirodi</li> <li>• Vježbe orijentacije u prirodi pomoću karte i kompasa</li> <li>• Aktivnosti s niskim užvljem</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnji krug</li> <li>• Timske aktivnosti</li> <li>• Orjentiranje do penjališta</li> <li>• Slobodno penjanje+abseil</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnji krug</li> <li>• Aktivnosti u prirodi</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uvod u solo aktivnost</li> <li>• Vrijeme za osobnu refleksiju</li> <li>• Priprema finalne ekspedicije</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnje aktivnosti</li> <li>• Ekspedicija 1. dan</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnje aktivnosti</li> <li>• Ekspedicija 2. dan</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Završetak ekspedicije</li> <li>• Evaluacija ekspedicije</li> <li>• Evaluacija programa</li> <li>• Završna ceremonija</li> <li>• Bivakiranje na otvorenom</li> </ul>
<b>Dan 8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jutarnji krug</li> <li>• Vraćanje opreme</li> <li>• Odlazak sa Krka i povratak domovima</li> </ul>



### Smještaj i hrana

Tijekom programa boravi se na različitim lokacijama u prirodi što uključuje spavanje vani u bivku – zaklonu od cerada. Hranu osiguravaju i pripremaju polaznici.

### Prijevoz

Do lokacije polaznici sami osiguravaju svoj prijevoz.



**Na tečaj je potrebno ponijeti:**

prikladna slojevita odjeća za boravak u prirodi u svim vremenskim uvjetima	udobne duge hlače za hodanje, ne traperice x2
obuća za cjelodnevno pješaćenje	ručnik
kabanica	rezervne tenisice
topla vesta i duge gaće	kapa i rukavice
vjetrovka	fotoaparat (po želji)
veliki ruksak – 60L	lijekovi (po potrebi)
vreća za spavanje na 0 C	baterijska svjetiljka
karimat – spužveni podložak za spavanje	boca za vodu od 2L
posuda, šalica + pribor za jelo	zaštita od sunca (šešir, naočale, krema za sunčanje itd.)
toaletni pribor	posuda i pribor za jelo

HŠOB je u mogućnosti posuditi vreću za spavanje, karimat i ruksak, za što vas molimo da nas pravovremeno obavijestite.

Ukoliko imate dodatnih pitanja, slobodno nas kontaktirajte e-mailom ili preko telefona.

**Kontakt:**

Za sve ostale informacije i upite možete se javiti voditeljima:

Juraj Boljat - [juraj@outwardbound.hr](mailto:juraj@outwardbound.hr), mob: 098 933 4747

Orsat Kratofil - [orsat@outwardbound.hr](mailto:orsat@outwardbound.hr), mob: 098 773895

Administracija - [kontakt@outwardbound.hr](mailto:kontakt@outwardbound.hr)

