

PLAN PÓŁKOLONII – 2018

TURNUS I

Poniedziałek – 2 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (powitanie, zapoznanie z regulaminem, itp.)
9⁰⁰ Śniadanie
9⁴⁰ – „Coś miłego dla każdego” Zajęcia integracyjne:
– Gry i zabawy sportowe na podwórku/boisku + gokart/
– Bilard+ cymbergaj
– Zajęcia plastyczne
– Ping – pong/ niebieska sala
– Siłownia/ściana wspinaczkowa
– Zajęcia komputerowe
– Spotkanie integracyjne w kawiarence
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ – Dyżury porządkowe

Wtorek – 3 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecz k/Niska)
10¹⁵ – CHRZEST PÓLKOLONIJNY
– nadawanie imion
– konkurencje, tor przeszkód
– chrzest półkolonijny, tekst przysięg
10³⁰ – Studniolada
10³⁰ – Pamiątki z Ora
11⁰⁰ - Zabawy sportowe, rekreacyjne, integracyjne, coś na ząb
13³⁰ – Wielkie porządki
13⁵⁰ – Powrót
14⁴⁵ - Podsumowanie i zakończenie dnia.

Środa – 4 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ - Gry i zabawy na świeżym powietrzu
11³⁰ Kino
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Czwartek – 5 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecz k/Niska)
10¹⁵ – Wieś...:
– wyrabianie masła
– lepienie pierogów
– wiejskie rarytasy (chleb ze smalcem i ogórkiem, pieczone ziemniaki)
– LB na sianie
– przejażdżki wierzchem i na wozie
– biżuteria, zabawki z drewna
– przedmioty z gliny
– smaki i zapachy
– konkurs ziemniaczany
– stemple ziemniaczane
– zabawy z dawnych lat, skoki w workach, dwukółka i inne
13⁵⁰ – Powrót
14⁴⁵ – Podsumowanie i zakończenie dnia

Piątek - 6 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ – Śniadanie
9⁴⁰ – Wyjście na basen przy MOSiR (kąpiele, gry i zabawy sportowe)
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Poniedziałek - 9 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Zajęcia integracyjne/gry i zabawy
10³⁰ – Wyjście na kręgle (dla starszych)
i do Wesołej Akademii (dla młodszych)
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ – Dyżury porządkowe

Wtorek – 10 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ – Śniadanie
9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR
9³⁰ - Gry i zabawy
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Środa – 11 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Rekreacja na świeżym powietrzu (gry i zabawy zespołowe oraz gokarty, hulajnogi, rolki, ślizg wodny, wyścig na gąsienicy, 3-osobowe narty, itp.)
9⁴⁵ – wycieczka rowerowa (dla starszych), orientacja w terenie, edukacja przyrodnicza
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Czwartek – 12 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ Gry i zabawy na świeżym powietrzu (wielka skakanka, dwa ognie, skakanie na gąsienicy, wielkie bierki, mega twister, itp.)
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Piątek – 13 lipca

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Gry i zabawy to min.: giga domino, hula hop, giga kręgle, giga twister, tenis ziemny ze słupkiem, giga bierki, skacząca rura (gąsienica, wielka skakanka, szczur, dwa ognie, śledź, itp.

TURNUS II

Poniedziałek - 16 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (powitanie, zapoznanie z regulaminem, itp.)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - „Coś miłego dla każdego” Zajęcia integracyjne:

- Gry i zabawy sportowe na podwórku + gokart
- Bilard+ cymbergaj
- Zajęcia plastyczne
- Ping – pong/ niebieska sala
- Siłownia/ścianka wspinaczkowa
- Zajęcia komputerowe
- Spotkania integracyjne w kawiarence

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Wtorek – 17 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Zajęcia integracyjne/gry i zabawy

10³⁰ - Wyjście na kręgle (dla starszych)

i do Wesołej Akademii (dla młodszych)

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Środa – 18 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe.

Czwartek – 19 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjście do kina

12²⁰ - Gry i zabawy na świeżym powietrzu

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Piątek - 20 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Poniedziałek - 23 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Gry i zabawy na świeżym powietrzu (wielka skakanka, dwa ognie, skakanie na gaśienicy, wielkie bierki, mega twister, itp.

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Wtorek – 24 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)

10¹⁵ - CHRZEST PÓLKOLONIJNY

- nadawanie imion
- konkurencje, tor przeszkód,
- chrzest półkolonijny (tekst przysięgi)

10³⁰ - Leżakowanie i zimna lemoniada

10³⁰ - Pamiątki z Ora

11⁰⁰ - Zabawy sportowe, rekreacyjne, integracyjne, coś na ząb

13³⁰ - Wielkie porządki

13⁵⁰ - Powrót

14⁴⁵ - Podsumowanie i zakończenie dnia.

Środa– 25 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Czwartek – 26 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)

10¹⁵ - Wieś...:

- wyrabianie masła
- lepienie pierogów
- wiejskie rarytasy (chleb ze smalcem i ogórkiem, pieczone ziemniaki)
- LB na sianie
- przejażdżki wierzchem i na wozie
- biżuteria, zabawki z drewna,
- przedmioty z gliny
- smaki i zapachy
- konkurs ziemniaczany
- stemple ziemniaczane
- zabawy z dawnych lat, skoki w workach, dwukółka i inne

13⁵⁰ - Powrót

14⁴⁵ - Podsumowanie i zakończenie dnia

Piątek – 27 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ - Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ - Obiad

14³⁰ - Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

TURNUS III

Poniedziałek – 30 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (powitanie, regulamin, informacje, itp.)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ – „Coś miłego dla każdego” Zajęcia integracyjne:

- Gry i zabawy sportowe na podwórku + gokart
- Bilard+ cymbergaj
- Zajęcia plastyczne
- Ping – pong/ niebieska sala
- Siłownia
- Zajęcia komputerowe
- Zajęcia integracyjne w kawiarence

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ – Dyżury porządkowe.

Wtorek – 31 lipca

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)

10¹⁵ – CHRZEST PÓLKOLONIJNY

- nadawanie imion
- konkurencje, tor przeszkód,
- chrzest półkolonijny (tekst przysięgi)

10³⁰ – Leżakowanie i zimna lemoniada

11⁰⁰ – Zabawy sportowe, rekreacyjne, integracyjne, coś na ząb

13³⁰ – Wielkie porządki

13⁵⁰ – Powrót

14⁴⁵ - Podsumowanie i zakończenie dnia.

Środa – 1 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9⁴⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ - Dyżury porządkowe

Czwartek – 2 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ – Wyjście do kina Ballada

12²⁰ – Gry i zabawy na świeżym powietrzu

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Piątek - 3 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9⁴⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Poniedziałek - 6 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ Gry i zabawy sportowe na podwórku (skakanka, guma, klasy, śledź, piłka nożna, plac zabaw, hulajnogi, rolki, badminton, trampolina, gokarty, itp.)

10³⁰ -Wypad na kręgle(dla starszych)

i do Wesołej Akademii(dla młodszych)

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Wtorek – 7 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)

10¹⁵ – Wieś...:

- wyrabianie masła
- lepienie pierogów
- wiejskie rarytasy (chleb ze smalcem i ogórkiem, pieczone ziemniaki)
- LB na sianie
- przejażdżki wierzchem i na wozie
- biżuteria, zabawki z drewna,
- przedmioty z gliny,
- smaki i zapachy
- konkurs ziemniaczany
- stemple ziemniaczane
- zabawy z dawnych lat, skoki w workach, dwukółka i inne

13⁵⁰ – Powrót

14⁴⁵ – Podsumowanie i zakończenie dnia

Środa– 8 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Czwartek – 9 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ Gry i zabawy na świeżym powietrzu (wielka skakanka, dwa ognie, skakanie na gąsienicy, wielkie bierki, mega twister, itp.)

9³⁰ – Pamiątki z Ora

9⁴⁵ – wycieczka rowerowa (dla starszych), ścieżka edukacyjna

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Piątek – 10 sierpnia

8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)

9⁰⁰ Śniadanie

9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR

13⁵⁰ – Obiad

14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia

14⁴⁵ Dyżury porządkowe

TURNUS IV

Poniedziałek – 13 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (powitanie, regulamin, informacje, itp.)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – „Coś miłego dla każdego” Zajęcia integracyjne:
– Gry i zabawy sportowe na podwórku + gokart
– Bilard+ cymbergaj
– Zajęcia plastyczne
– Ping – pong/ niebieska sala
– Siłownia
– Zajęcia komputerowe
– Zajęcia integracyjne w kawiarence
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ – Dyżury porządkowe.

Wtorek – 14 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)
10¹⁵ – CHRZEST PÓLKOLONIJNY
- nadawanie imion
- konkurencje, tor przeszkód,
- chrzest półkolonijny (tekst przysięgi)
10³⁰ Pamiątki z Ora,
10³⁰ – Leżakowanie i zimna lemoniada
11⁰⁰ – Zabawy sportowe, rekreacyjne, integracyjne, coś na ząb
13³⁰ – Wielkie porządki
13⁵⁰ – Powrót
14⁴⁵ - Podsumowanie i zakończenie dnia.

Czwartek –16 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Wyjście do kina Ballada
12²⁰ – Gry i zabawy na świeżym powietrzu
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Piątek - 17 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9⁴⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Poniedziałek - 20 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ Gry i zabawy sportowe na podwórku (skakanka, guma, klasy, śledek, piłka nożna, plac zabaw, hulajnogi, rolki, badminton, trampolina, gokarty, itp.)
10³⁰ -Wypad na kręgle(dla starszych)
i do Wesołej Akademii(dla młodszych)
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Wtorek – 21 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ – Wyjazd na wieś do Pana Mariana (Zarzecze k/Niska)
10¹⁵ – Wieś...:
- wyrabianie masła
- lepienie pierogów
- wiejskie rarytasy (chleb ze smalcem i ogórkiem, pieczone ziemniaki)
- LB na sianie
- przejażdżki wierzchem i na wozie
- biżuteria, zabawki z drewna,
- przedmioty z gliny
- smaki i zapachy
- konkurs ziemniaczany
- stemple ziemniaczane
- zabawy z dawnych lat, skoki w workach, dwukółka i inne
13⁵⁰ – Powrót
14⁴⁵ – Podsumowanie i zakończenie dnia

Środa– 22 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Czwartek – 23 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ Gry i zabawy na świeżym powietrzu (wielka skakanka, dwa ognie, skakanie na gaśienicy, wielkie bierki, mega twister, itp.)
9⁴⁵ – wycieczka rowerowa (dla starszych), ścieżka edukacyjna
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Piątek – 24 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ - Wyjście na basen przy MOSiR
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Poniedziałek - 27 sierpnia

- 8⁵⁵ - Zbiórka (omówienie planu dnia)
9⁰⁰ Śniadanie
9³⁰ Gry i zabawy na świeżym powietrzu (wielka skakanka, dwa ognie, skakanie na gaśienicy, wielkie bierki, mega twister, itp.)
13⁵⁰ – Obiad
14³⁰ – Podsumowanie i zakończenie dnia
14⁴⁵ Dyżury porządkowe

Zastrzegamy możliwość modyfikacji planu zajęć z przyczyn od nas niezależnych np. pogoda, lub w innych sytuacjach nie dających się przewidzieć w momencie składania oferty

Jeżeli aura nie pozwoli na korzystanie z pływalni odkrytej zajęcia odbędą się na basenie krytym

W razie niepogody uniemożliwiającej realizację zajęć plenerowych zajęcia realizowane będą z wykorzystaniem bazy lokalowej będącej w dyspozycji Stowarzyszenia, min. w formie:

- mini maratonu sportowego (hula hop na czas, skoki na skakance, tor przeszkód na sali terapeutycznej, rzuty do celu, strącanie kręgli, zawody w przysiadach, brzuskach itp.)
- zabawa 200 punktów (zabawa drużynowa polegająca na poszukiwaniu w całym budynku karteczek z numerkami, a następnie odpowiadanie na pytania, rozwiązywanie zadań, zdobywanie informacji, itp.)
- poszukiwanie skarbu (czytanie mapy, rozwiązywanie rebusów, zagadek, rozwiązywanie zadań matematycznych, itp.)
- kalambury
- karaoke
- projekcje multimedialne
- wykorzystanie bazy lokalowej i wyposażenia ośrodka (ścianka wspinaczkowa, siłownia, stół do ping – ponga, aneks kuchenny, Kinect, pracownia komputerowa, sala plastyczna, sala muzyczna, bilard i cymbergaj, sala terapeutyczna z materacami, kawiarenka).

