



## TURNUS PIERWSZY – 15.07. – 19.07.2024 r.

### 15.07.2024 r. – PONIEDZIAŁEK

7.30

- Przychodzenie dzieci, odnotowywanie obecności.
- Zapoznanie z harmonogramem półkolonii, podział na grupy i przydzielenie wychowawców,
- **Omówienie zasad zachowania bezpieczeństwa podczas zajęć na terenie szkoły, boisku i placu zabaw oraz wyjść i wycieczek, regulamin p.poż i boiska szkolnego.**

8.00 – 8.15

- Gimnastyka z muzyką lub na świeżym powietrzu

8.15 – 8.45

- Śniadanie + odpoczynek

8.45 – 9.15

- Gry i zabawy sportowe na wolnym powietrzu – ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem dostępnej infrastruktury zewnętrznej

9.20

- Przygotowanie do wyjścia

09:30 – 11.45

**Wyjazd na Basen Rehabilitacyjny ARNICA - zajęcia z ratownikiem dot. bezpieczeństwa w wodzie i nad wodą oraz zabawa w wodzie.**

*(zabieramy ręcznik, strój kąpielowy, czepek, klapki)*

12.00 – 13.00

- Obiad+ odpoczynek

13.00 – 13.45

- Gry i zabawy drużynowe na świeżym powietrzu

13.45– 14.45

- **Warsztaty dietetyczne -Dlaczego warzywa i owoce są ważne w naszej diecie? Dlaczego warto jeść owoce zamiast słodczy? Zdrowy Talerz dziecka - Jak powinien wyglądać?**

14.45 – 15.30

- Gry i zabawy na boisku szkolnym lub w przypadku deszczu zajęcia na sali gimnastycznej ( żonglerka), w świetlicy edukacyjne gry planszowe.

15.30

- Odbiór dzieci przez opiekunów, rozejście się do domów.

**PRZERWY NA ODPOCZYNEK BĘDĄ REALIZOWANE ADEKWATNIE DO POTRZEB DZIECI**



**16.07.2024 r. – WTOREK**

**7.30**

- Przychodzenie dzieci, odnotowywanie obecności,

**8.00 – 8.15**

- Gimnastyka z muzyką lub na świeżym powietrzu

**8.15 – 8.45**

- Śniadanie + odpoczynek

**8.45 – 9.15**

- Gry i zabawy sportowe na wolnym powietrzu – ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem dostępnej infrastruktury zewnętrznej

**9.20**

- Przygotowanie do wyjścia

**09.30 – 11.45**

**Wyjazd na Basen Rehabilitacyjny ARNICA - zajęcia z fizjoterapeutą w tym test FMS, zajęcia korygujące wady postawy oraz zabawa w wodzie. Zajęcia odbywają się pod hasłem „ Zdrowy kręgosłup – zdrowe życie”.**

*(zabieramy ręcznik, strój kąpielowy, czepek, klapki)*

**12.00 – 13.00**

- Obiad+ odpoczynek

**13.00 – 13.45**

- Gry i zabawy drużynowe na świeżym powietrzu – Kto szybszy?

**13.45– 14.45**

- **Bezpieczne wakacje z Sanepidem**

**14.45– 15.30**

- Gry i zabawy sportowe / bitwa balonowa

**15.30**

- Odbiór dzieci przez opiekunów, rozejście się do domów.

**PRZERWY NA ODPOCZYNEK BĘDĄ REALIZOWANE ADEKWATNIE DO POTRZEB DZIE**



**17.07.2024 r. – ŚRODA**

**07.30**

- Przychodzenie dzieci, odnotowywanie obecności,
  - **Omówienie zasad dot. zachowania bezpieczeństwa podczas poruszania się po drodze i w autobusie.**

**8.00 – 8.30**

- Śniadanie + odpoczynek
- Przygotowanie do wyjścia

**08.45 – 11.30**

- **KINO**

**11.30 – 12.00**

- Czas wolny

**12.00 – 12.30**

- Obiad + odpoczynek

**12.30 – 14.00**

- Spotkanie z Policją pod hasłem Bezpieczne Wakacje

**14.00 – 15.30**

- Turniej sportowy/ odbijanie piłki siatkowej/ mecz piłki nożnej / rzut do celu itd.

**15.30**

- Odbiór dzieci przez opiekunów, rozejście się do domów.

**PRZERWY NA ODPOCZYNEK BĘDĄ REALIZOWANE ADEKWATNIE DO POTRZEB DZIECI**



**27.07.2023 r. – CZWARTEK**

**7.30**

- Przychodzenie dzieci, odnotowywanie obecności,

**8.00 – 8.15**

- Gimnastyka z muzyką lub na świeżym powietrzu

**8.15 – 8.45**

- Śniadanie + odpoczynek

**8.45 – 9.15**

- Gry i zabawy sportowe na wolnym powietrzu – ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem dostępnej infrastruktury zewnętrznej

**9.20**

- Przygotowanie do wyjścia

**9.30 – 11.45**

**Wyjazd na Basen Rehabilitacyjny ARNICA - Aqua Aerobic dla dzieci**

*(zabieramy ręcznik, strój kąpielowy, czepki, klapki)*

**12.00 – 13.00**

- Obiad + odpoczynek

**13.00 – 15.00**

- Warsztaty psychologiczne lub wizyta w Jednostce Straży Pożarnej

**15.00 – 15.30**

- Turniej sportowy – gra w zbijaka

**15.30**

- Odbiór dzieci przez opiekunów, rozejście się do domów.

**PRZERWY NA ODPOCZYNEK BĘDĄ REALIZOWANE ADEKWATNIE DO POTRZEB DZIECI**



**28.07.2023 r. – PIĄTEK**

**7.30**

- Przychodzenie dzieci, odnotowywanie obecności

**8.00 – 8.15**

- Gimnastyka z muzyką lub na świeżym powietrzu

**8.15 – 8.45**

- Śniadanie + odpoczynek

**8.45 – 9.15**

- Gry i zabawy sportowe na wolnym powietrzu – ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem dostępnej infrastruktury zewnętrznej

**9.20**

- Przygotowanie do wyjścia

**09:30 – 11.45**

**Wyjazd na Basen Rehabilitacyjny ARNICA – zabawa w wodzie**

*(zabieramy ręcznik, strój kąpielowy, czepek, klapki)*

**12.00 – 13.00**

- Obiad + odpoczynek

**13.00 – 13.45**

- Wyjście do Skate Park

**13.45– 15.00**

- **Warsztaty psychologiczne lub wizyta w Jednostce Straży Pożarnej**

**15.00– 15.30**

- Gry i zabawy – bitwa balonowa

**15.30**

- Odbiór dzieci przez opiekunów, rozejście się do domów.

**PRZERWY NA ODPOCZYNEK BĘDĄ REALIZOWANE ADEKWATNIE DO POTRZEB DZIECI**