

# Plan półkolonii Zima w AQUAPARKU 2018

## Turnus 1

### **PONIEDZIAŁEK 15.01.2018**

08:00 - 08:30 Zbiórka , zebranie organizacyjne z rodzicami  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 - 09:30 Podział na grupy - Gry i zabawy integracyjne  
09:30 - 10:15 Prezentacja multimedialna – styl grzbietowy i klasyczny  
10:15 – 10:30 Nauka rozgrzewki pływackiej  
10:30 – 11:00 Test sprawdzający umiejętności – podział na grupy pływackie  
11:00 – 12:00 Nauka stylu grzbietowego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 15:30 Elementy nurkowania i skoków do wody  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **WTOREK 16.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 11:00 Prezentacja multimedialna – styl klasyczny  
11:00 – 12:00 Nauka stylu klasycznego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry zespołowe w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:30 Gr.1 Kręgielnia – nauka gry w kręgle Gr. 2 Cross Kids  
14:30 – 15:30 Gry i zabawy w wodzie  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **ŚRODA 17.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 10:00 Prezentacja multimedialna – styl dowolny  
10:00 – 11:00 Przygotowanie dyplomów i medali na zawody  
11:00 – 12:00 Nauka stylu dowolnego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie – tor przeszkód  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:30 Gr.2 Kręgielnia – nauka gry w kręgle Gr. 1 Cross Kids  
14:30 – 15:30 Elementy nurkowania i skoków do wody  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **CZWARTEK 18.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 09:15 Przejście do szatni  
09:15 – 10:00 Wyjście do Kina (Gminne Centrum Kultury i Sportu)  
10:00 – 12:00 Seans filmowy  
12:00 – 13:00 Powrót na basen  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:45 Nauka pływania (doskonalenie poznanych stylów pływackich)  
14:45 – 15:30 Gry i zabawy w wodzie z elementami skoków i nurkowania  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **PIĄTEK 19.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 10:00 Przygotowanie plakatu na zawody  
10:00 – 12:00 Mini zawody Pływackie  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 15:00 Mini konkursy z nagrodami  
15:00 – 16:00 Uroczyste zakończenie półkolonii , odbiór dzieci

Podane godziny są godzinami orientacyjnymi i mogą się zmienić w zależności od organizowanych zajęć

# Plan półkolonii Zima w AQUAPARKU 2018

## Turnus 2

### **PONIEDZIAŁEK 22.01.2018**

08:00 - 08:30 Zbiórka , zebranie organizacyjne z rodzicami  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 - 09:30 Podział na grupy - Gry i zabawy integracyjne  
09:30 - 10:15 Prezentacja multimedialna – styl grzbietowy i klasyczny  
10:15 – 10:30 Nauka rozgrzewki pływackiej  
10:30 – 11:00 Test sprawdzający umiejętności – podział na grupy pływackie  
11:00 – 12:00 Nauka stylu grzbietowego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 15:30 Elementy nurkowania i skoków do wody  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **WTOREK 23.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 11:00 Prezentacja multimedialna – styl klasyczny  
11:00 – 12:00 Nauka stylu klasycznego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry zespołowe w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:30 Gr.1 Kręgielnia – nauka gry w kręgłe Gr. 2 Cross Kids  
14:30 – 15:30 Gry i zabawy w wodzie  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **ŚRODA 24.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 10:00 Prezentacja multimedialna – styl dowolny  
10:00 – 11:00 Przygotowanie dyplomów i medali na zawody  
11:00 – 12:00 Nauka stylu dowolnego (dla zaawansowanej grupy doskonalenie)  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie – tor przeszkód  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:30 Gr.2 Kręgielnia – nauka gry w kręgłe Gr. 1 Cross Kids  
14:30 – 15:30 Elementy nurkowania i skoków do wody  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **CZWARTEK 25.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 09:15 Przejście do szatni  
09:15 – 10:00 Wyjście do Kina (Gminne Centrum Kultury i Sportu)  
10:00 – 12:00 Seans filmowy  
12:00 – 13:00 Powrót na basen  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 14:45 Nauka pływania (doskonalenie poznanych stylów pływackich)  
14:45 – 15:30 Gry i zabawy w wodzie z elementami skoków i nurkowania  
15:30 – 16:00 Odbiór dzieci

### **PIĄTEK 26.01.2018**

08:00 – 08:30 Zbiórka, sprawdzenie obecności, omówienie planu dnia  
08:30 - 09:00 Śniadanie  
09:00 – 10:00 Przygotowanie plakatu na zawody  
10:00 – 12:00 Mini zawody Pływackie  
12:00 – 13:00 Gry i zabawy w wodzie  
13:00 – 13:15 Obiad  
13:15 – 13:45 Odpoczynek, przygotowanie do zajęć popołudniowych  
13:45 – 15:00 Mini konkursy z nagrodami  
15:00 – 16:00 Uroczyste zakończenie półkolonii , odbiór dzieci

Podane godziny są godzinami orientacyjnymi i mogą się zmienić w zależności od organizowanych zajęć.