

PROGRAM PÓLKOLONII

„Mundial 2018”

Dzień 1: Rozgrzewka przed mundialem

8:00 - 9:00 - zapoznanie się z wychowawcami, regulaminami, miejscem, wspólne pisanie kontraktu, wymyślanie sportowych haseł

9:00 - 9:30 - II śniadanie

9:30 - 11:00 – ABC mundialu - prezentacja multimedialna

11:00-13:00 –zanim pojedziemy na mundial, to trzeba poćwiczyć – gry i zabawy sportowe

13:00 - 13:30 – obiad z deserem

13:30 - 14:00 - sjeść w sali koszarowej, czytanie sportowych książek

14:00 - 15:00 – zwiedzanie Fortu IV z przewodnikiem

15:00 - 16:00 – pracujemy nad kondycją – zajęcia sportowe

Dzień 2: przed meczem z Senegalem trzeba zadbać o kondycję

8:00-9:00 – poranna gimnastyka na świeżym powietrzu

9:00 - 9:30 - II śniadanie

9:30 – 10:30 – ABC pierwszej pomocy

10:30-13:00 – wyjazd na Orlika przy ul. Ogrodowej; mecz w piłkę nożną

13:00-13:30 – obiad z deserem

13:30 – 14:00 – sjeść w sali koszarowej

14:00 – 15:00 - podchody na terenie Fortu

15:00 – 16:00 – turniej w piłkarzyki i ping-ponga

*Prosimy o przyniesienie następnego dnia strojów karnawałowych, gdyż w środę odbędzie się **bal** .

Dzień 3: Japonia nie taka straszna!

8:00-9:00 – gry i zabawy świetlicowe

9:00 - 9:30 - II śniadanie

9:30 -13:00 – wyjazd nad jezioro lub na basen, czyli pracujemy nad mięśniami grzbietowymi

13:00-13:30 – obiad z deserem

13:30 – 14:00 - sjeść w sali koszarowej, czytanie książki

14:00-16:00 – forteczne kino – film niespodzianka o tematyce sportowej

Dzień 4: Co najlepsze z siebie damy i Kolumbię pokonamy!

8:00 - 9:00 - zaprawa sportowa na powietrzu

9:00 - 9:30 - II śniadanie

9:30 – 13:00 – wyjście do kręgielni w CH Plaza

13:00 - 13:30 - obiad z deserem

13:30 – 14:00 – sjeść w sali koszarowej

14:00-14:30 – przygotowanie strojów do sportowego balu

14:30-16:00 – sportowy bal forteczny

Dzień 5: przygotowania do uroczystego zakończenia Mundialu 2018

8:00 - 9:00 – gry i zabawy świetlicowe

9:00 - 9:30 - II śniadanie

9:30 – 11:30 – przygotowanie transparentów na mecze polskiej reprezentacji

11:30-13:00 – jaki powinien być idealny sportowiec? – zajęcia plastyczne

13:00 - 13:30 - obiad z deserem

13:30 - 14:00 - sjeść w sali koszarowej

14:00 - 15:30 – przygotowanie programu artystycznego na zakończenie półkolonii

15:30 – 16:00 - uroczyste zakończenie turnusu w otoczeniu rodziców i przyjaciół (rozdanie certyfikatów, nagród i zdjęć)

Organizatorzy zapewniają sobie prawa do zmian w harmonogramie