**PLAN PÓŁKOLONII – 2021**

**TURNUS II**

**Poniedziałek – 12 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 10:15 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

10:15 -12:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć,  
9:30 śniadanie

10:00 – 12:15 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze (zajęcia j.w.)

12:15 – 13:00 zajęcia w budynku na parterze

13:00 obiad (łazienki przy jadalni)

13:30 – 15:00 zajęcia na świeżym powietrzu lub w budynku na parterze, siłowni, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Wtorek – 13 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 **wypad do Zarzecza** - **chrzest** (transport z MZK) (przysięga, tor przeszkód, jazda wierzchem, test odwagi, mokry akcent, itd.) grill,   
gry i zabawy sportowe tj. piłka nożna, śledź, trampolina, badminton, żuty do kosza, itd. lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze i sali niebieskiej

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 **wypad do Zarzecza** **- chrzest**, gry i zabawy sportowe (transport z MZK) lub razie niepogody zajęcia w budynku na parterze i siłowni

13:00 obiad (grill w Zarzeczu lub obiad stacjonarnie)

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 gry i zabawy sportowe

15:00 zakończenie

**Środa – 14 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 wyjście do **Wesołej Akademii** (9:30 do 11:30)

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 zajęcia na I piętrze (lub na zewnątrz budynku jeśli grupa II będzie w Zarzeczu)

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć,  
9:30 śniadanie

10:00 – 12:15 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze (zajęcia j.w.)

12:15 – 13:00 zajęcia w budynku na parterze

13:00 obiad (łazienki przy jadalni)

13:30 – 15:00 zajęcia na świeżym powietrzu lub w budynku na parterze, siłowni, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Czwartek 15 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie, zajęcia rekreacyjne

9:30 wyjazd do **Zarzecza – „Leśne SPA”** lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 wyjazd do **Zarzecza – „Leśne SPA”** lub w razie niepogody zajęcia w budynku na parterze

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 gry i zabawy sportowe

15:00 zakończenie

**Piątek - 16 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjście do kina **Helios** – spacer po mieście

10:00 seans filmowy   
12:30 obiad (łazienki przy jadalni)

13:00 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub parterze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze lub sali niebieskiej

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 zajęcia na świeżym powietrzu, a w razie niepogody na parterze lub siłowni (prawa łazienka przy siłowni)

10:00 Wyjazd na **kręgle** (transport z MZK)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy (prawa łazienka przy siłowni)

15:00 zakończenie

**Poniedziałek - 19 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wycieczka rowerowa lub piesza na **Ciemny Kąt** (gry i zabawy sportowe, quiz wiedzy przyrodniczej, grill) a w razie niepogody zajęcia w budynku na   
I piętrze, 12:00 obiad stacjonarnie, zajęcia w budynku)

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 wyjście na basen

11:30 – 13:00 zajęcia na boisku lub w budynku na parterze i siłowni (zajęcia j.w.)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Wtorek – 20 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

13:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

13:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub na I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

14:00 obiad (prawa łazienka przy jadalni)

14:35 – 15:00 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Środa – 21 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 9:30 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

9:30 wyjście na basen

11:30 -12:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wycieczka rowerowa lub piesza na **Ciemny Kąt** (gry i zabawy sportowe, quiz wiedzy przyrodniczej, grill) a w razie niepogody zajęcia w budynku na   
parterze i siłowni, 13:00 obiad stacjonarnie, zajęcia w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy)

15:00 zakończenie

**Czwartek – 22 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 10:15 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

10:15 -12:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjście do kina **Helios** – spacer po mieście

10:30 seans filmowy

12:30 – 13:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłowni, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Piątek – 23 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

13:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

13:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub na I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

14:00 obiad (prawa łazienka przy jadalni)

14:35 – 15:00 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Gry i zabawy to min.**: giga domino, hula hop, giga kręgle, giga twister, tenis ziemny, giga bierki, skacząca rura, wielka skakanka, szczur, klasy, dwa ognie, śledź, oraz rekreacja typu jazda na rolkach, deskorolkach, gra w piłkę, hokej na trawie, itp.

**TURNUS III**

**Poniedziałek - 26 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 10:15 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

10:15 -12:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 – 13:00 zajęcia na boisku lub w budynku na parterze i siłowni (zajęcia j.w.)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Wtorek – 27 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy (2 busy Gośka i Damian)lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

13:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

13:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub na I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy (2 busy Gośka i Damian)lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

14:00 obiad (prawa łazienka przy jadalni)

14:35 – 15:00 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Środa – 28 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 12:00 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

9:30 wyjście na basen

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wycieczka rowerowa lub piesza na **Ciemny Kąt** (gry i zabawy sportowe, quiz wiedzy przyrodniczej, grill) a w razie niepogody zajęcia w budynku na   
parterze i siłowni, 13:00 obiad stacjonarnie, zajęcia w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy)

15:00 zakończenie

**Czwartek – 29 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wycieczka rowerowa lub piesza na **Ciemny Kąt** (gry i zabawy sportowe, quiz wiedzy przyrodniczej, grill) a w razie niepogody zajęcia w budynku na   
I piętrze, 12:00 obiad stacjonarnie, zajęcia w budynku)

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjście do kina **Helios** – spacer po mieście

10:30 seans filmowy

12:30 – 13:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w

15:00 zakończenie

**Piątek – 30 lipca**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy (2 busy Gośka i Damian)lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

13:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

13:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub na I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 Wyjazd na **Kąpielisko „Nasze Piaski”** w Pysznicy (2 busy Gośka i Damian)lub w razie niepogody basen kryty przy MOSiR

14:00 obiad (prawa łazienka przy jadalni)

14:35 – 15:00 zajęcia na boisku lub w razie niepogody w budynku na parterze, siłownia, tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Poniedziałek – 2** **sierpnia**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 – 10:15 **zajęcia w budynku** na I piętrze: kawiarenka, zajęcia plastyczne, zajęcia informatyczne, gry planszowe, konsola xbox, kalambury, quizy, itp.

10:15 -12:00 gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub I piętrze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 zajęcia na świeżym powietrzu, a w razie niepogody na parterze lub siłowni (prawa łazienka przy siłowni)

10:00 Wyjazd na **kręgle** (2 busy, Gośka i Marian)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy (prawa łazienka przy siłowni)

15:00 zakończenie

**Wtorek – 3 sierpnia**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 **wypad do Zarzecza** - **chrzest** (transport z MZK) (przysięga, tor przeszkód, jazda wierzchem, test odwagi, mokry akcent, itd.) grill,   
gry i zabawy sportowe tj. piłka nożna, śledź, trampolina, badminton, żuty do kosza, itd. lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze i sali niebieskiej

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 **wypad do Zarzecza** **- chrzest**, gry i zabawy sportowe (transport z MZK) lub razie niepogody zajęcia w budynku na parterze i siłowni

13:00 obiad (grill w Zarzeczu lub obiad stacjonarnie)

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 gry i zabawy sportowe

15:00 zakończenie

**Środa – 4 sierpnia**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 wyjście do **Wesołej Akademii** (9:30 do 11:30)

12:00 obiad (lewa łazienka przy jadalni)

12:30 zajęcia na I piętrze (lub na zewnątrz budynku jeśli grupa II będzie w Zarzeczu)

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 wyjście na basen

11:30 - 13:00 zajęcia na boisku lub w budynku na parterze i siłowni (zajęcia j.w.)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy

15:00 zakończenie

**Czwartek 5 sierpnia**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie, zajęcia rekreacyjne

9:30 wyjazd do **Zarzecza – „Leśne SPA”** lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 wyjazd do **Zarzecza – „Leśne SPA”** lub w razie niepogody zajęcia w budynku na parterze

14:00 wyjazd z Zarzecza

14:30 gry i zabawy sportowe

15:00 zakończenie

**Piątek - 6 sierpnia**

**GRUPA I (młodsza)**

8:30 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:00 Wyjście do kina **Helios** – spacer po mieście

10:00 seans filmowy   
12:30 obiad (łazienki przy jadalni)

13:00 – 14:30 zajęcia na świeżym powietrzu lub parterze: gra w kosza, piłkę nożną, siatkówkę, jazda na rolkach, hulajnogach, deskorolkach, rowerach, plac zabaw lub w razie niepogody zajęcia w budynku na I piętrze lub sali niebieskiej

14:30 zakończenie zajęć

**GRUPA II (starsza)**

9:00 rozpoczęcie zajęć, śniadanie

9:30 – 13:00 zajęcia na boisku lub w budynku na parterze i siłowni (zajęcia j.w.)

13:00 obiad (prawa łazienka przy siłowni)

13:30 – 15:00 zajęcia w budynku na parterze, siłownia lub tenis stołowy

15:00 zakończenie