

Ramowy plan dnia wakacyjne świetlice profilaktyczne

poniedziałek

8.00 – 9.00 czas na przyprowadzanie uczestników, zabawa pod opieką wychowawców

9.00 – 9.15 przerwa śniadaniowa (śniadanie we własnym zakresie)

9.15 – 10.45 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali np.:

- * zajęcia sportowe
- * zajęcia plastyczne, kreatywne, samodzielna zabawa
- * zabawy i gry sportowe na świeżym powietrzu
- * zajęcia relaksacyjne
- * zajęcia z profilaktyki uzależnień

10.45 – 13.30 MOK – kino (film w godzinach 11.30-13.00)

13.30 – 13.45 Przerwa na posiłek

13.45 – 14.30 Zajęcia szachowe i inne gry zespołowe

14.30 – 16.00 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali (z przerwą na podwieczorek)

- * zajęcia z profilaktyki uzależnień
- * Plac zabaw
- * leśne spacer
- * Zabawy i gry na świeżym powietrzu piłka nożna, siatkówka, koszykówka i inne

Wtorek

8.00 – 9.00 czas na przyprowadzanie uczestników, zabawa pod opieką wychowawców

9.00 – 9.15 przerwa śniadaniowa (śniadanie we własnym zakresie)

9.15 – 10.30 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali np.:

- * zajęcia sportowe
- * zajęcia plastyczne, kreatywne, samodzielna zabawa
- * zabawy i gry sportowe na świeżym powietrzu
- * zajęcia relaksacyjne
- * zajęcia z profilaktyki uzależnień

10.30 – 12.45 Wyjście na basen

12.45-13.15 czas wolny

13.15 - 13.30 Przerwa na posiłek

13.30 – 16.00 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali (z przerwą na podwieczorek)

Zakończenie turnusu i rozdanie pamiątek.

- * Plac zabaw
- * zabawa samodzielna
- * Zabawy i gry na świeżym powietrzu
- * miasteczko ruchu drogowego

Środa

8.00 – 9.00 czas na przyprowadzanie uczestników, zabawa pod opieką wychowawców

9.00 – 9.15 przerwa śniadaniowa (śniadanie we własnym zakresie)

9.15 – 10.30 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali np.:

- * zajęcia sportowe, gry zespołowe
- * zajęcia plastyczne, kreatywne, samodzielna zabawa
- * zajęcia chemiczne
- * zajęcia relaksacyjne
- * zajęcia z profilaktyki uzależnień

10.30 – 12.45 Wyjście do MOK warsztat muzyczny Poznaj moją pasję- Etno dźwięki

12.45 - 13.00 Przerwa na posiłek

13.15 – 15.00 Warsztaty plastyczno ceramiczne

13.45 – 16.00 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali (z przerwą na podwieczorek)

- * Plac zabaw
- * Zabawy i gry na świeżym powietrzu

Czwartek

8.00 – 9.00 czas na przyprowadzanie uczestników, zabawa pod opieką wychowawców

9.00 – 9.15 przerwa śniadaniowa (śniadanie we własnym zakresie)

9.15 – 10.30 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali

- * gry i zabawy na świeżym powietrzu
- * zajęcia relaksacyjne
- * zajęcia z profilaktyki uzależnień

10.30 – 13.15 Warsztaty w MOK Gryzie Parzy Szczypie – nietypowe warsztaty plastyczne Poznajemy faunę i florę Józefowa

13.15 - 13.30 Przerwa na posiłek

13.30- 14.15 zajęcia szachowe i inne gry zespołowe

14.15 – 16.00 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali (z przerwą na podwieczorek)

- * Plac zabaw, miasteczko ruchu drogowego
- * leśne spacer
- * Zabawy i gry na świeżym powietrzu piłka nożna, siatkówka, koszykówka i inne

piątek

8.00 – 9.00 czas na przyprowadzanie uczestników, zabawa pod opieką wychowawców

9.00 – 9.15 przerwa śniadaniowa (śniadanie we własnym zakresie)

9.15 – 9.30 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali np.:

- * Gry planszowe: monopol, labirynt, hadara, zakupy, statki, chińczyk, uno, mistakos, 5 sekund, cykada, dixie, farmer i wiele innych....)
- * zajęcia plastyczne, kreatywne, samodzielna zabawa
- * zajęcia z profilaktyki uzależnień

9.30 – 14.00 Leśna wyprawa, a w programie: łuki, miecze, ognisko z jedzeniem samemu szykowanym (kiełbasa, chleb, serki, warzywa) plus owoce, budowanie szałasów, zajęcia warsztatowe integracyjne, medytacja z dźwiękami lasu, granie na przeróżnych instrumentach afrykańskich, tworzenie kijów deszczowych lub grzechotek.

14.00 – 15.30 warsztaty plastyczno - ceramiczne

15.30-16.00 Ruch na świeżym powietrzu lub zajęcia w Sali (z przerwą na podwieczorek)

- * Plac zabaw, miasteczko ruchu drogowego,
- * Zabawy i gry na świeżym powietrzu
- * gry planszowe,
- * zabawy plastyczne, kreatywne,