

PROGRAM PÓLKOLONII LETNICH W GMINIE RADZIEJOWICE

PT. „Mam SuperMOC – Akademia Zwycięzców”

PONIEDZIAŁEK	13.07.2026
8.00 – 8.15	Schodzenie się dzieci, sprawdzenie listy obecności
8.15 – 9.00	Rozgrzewka olimpijszka
9.00 – 10.00	Gr. 1 – warsztaty czekoladowe Gr. 2 – „Narodziny Legendy” – przygotowania do igrzysk: tworzenie flag, hymnu olimpijskiego, integracja Gr. 3 – warsztaty „Asertywne NIE”: <u>czym jest asertywność, uległość, agresja; burza mózgu, scenki dramatowe</u>
10.00 - 10.15	Posiłek – II śniadanie
10:15 – 11:15	Gr. 1 – warsztaty czekoladowe Gr. 2 – „Narodziny Legendy” – przygotowania do igrzysk: tworzenie flag, hymnu olimpijskiego, integracja Gr. 3 – warsztaty „Asertywne NIE”: <u>czym jest asertywność, uległość, agresja; –burza mózgu, scenki dramatowe</u>
11:20 – 12:20	Gr. 1 – warsztaty czekoladowe Gr. 2 – „Narodziny Legendy” – przygotowania do igrzysk: tworzenie flag, hymnu olimpijskiego, integracja Gr. 3 – warsztaty „Asertywne NIE”: <u>czym jest asertywność, uległość, agresja; burza mózgu, scenki dramatowe</u>
12:30 – 13:00	Posiłek - obiad
13:00 – 13:30	Regeneracja
13:30 – 14:30	„Narodziny Legendy” – prezentacja drużynowa: flagi, hymn olimpijski, barwy Blok olimpijski – gry bieżne, start niski, sztafeta
14:30 – 15:15	Warsztaty „Asertywne NIE” – body language – jak stać, jak patrzeć w oczy i jak mówić, żeby być słyszonym, ale nie krzyknąć.
15.15 – 15.30	Posiłek - podwieczorek
15.30 – 16.00	Podsumowanie i przekazanie planu na następny dzień

WTOREK	14.07.2026
8.00 – 8.15	Schodzenie się dzieci, sprawdzenie listy obecności
8.15 – 8.30	Warsztaty profilaktyczne – bezpieczeństwo podczas wyjść oraz wycieczek
8.30-9.45	Podróż do Radomia do Flyport
Ok. 10.00	Posiłek – II śniadanie
10.00 – 13.00/13.30	Pobyty w centrum edukacyjno – rozrywkowym Flyport w Radomiu – zwiedzanie + lekcja + warsztaty „Z głową w chmurach”
Ok. 12.00	Posiłek –obiad
13.30-14.45	Powrót
14:45/15.00	Posiłek - podwieczorek
15:00 – 15:45	Warsztaty „Asertywne NIE” – budowanie granic
15:45 – 16.00	Podsumowanie i przekazanie planu na następny dzień

ŚRODA	15.07.2026
8.00 – 8.15	Schodzenie się dzieci, sprawdzenie listy obecności
8.15 – 8.30	Warsztaty profilaktyczne – bezpieczeństwo w wodzie.
8.30 – 9.15	Blok olimpijski – rozgrzewka, skok w dal, „rzut oszczepem”, tor przeszkód
9.30	Wyjazd do Suntago
Ok. 10.00	Posiłek – II śniadanie
10.00-14.00	Pobyty w Suntago
Ok. 12.00	Posiłek –obiad
Ok. 14:45	Powrót
14:45 – 15.00	Posiłek - podwieczorek
15:00 – 15:45	Warsztaty „Asertywne NIE”: techniki asertywnego NIE + zasady fair play
15.45-16.00	Podsumowanie i przekazanie planu na następny dzień

CZWARTEK	16.07.2026
8.00 – 8.15	Schodzenie się dzieci, sprawdzenie listy obecności
8.15 – 9.00	Blok olimpijski – rozgrzewka, przeciąganie liny, rzuty do celu, gry zespołowe (np. siatkówka, piłka ręczna).
9.00-9.45	Podróż do Zagrody w Zakrzewie
Ok. 10.00	Posiłek – II śniadanie
10.00 – 14.00	Pobyty w zagrodzie – prelekcja przyrodnicza, warsztaty artystyczne „Moja Alpaka”, przejażdżka beczkowszem, gry i zabawy na placu zabaw, ognisko
Ok. 12.00	Posiłek –obiad
14.00-14.45	Powrót
14:45 – 15:00	Posiłek - podwieczorek
15:00 – 15:45	Warsztaty profilaktyczne – „Asertywne NIE” : prawa asertywne (wg H.Fernsterheima) - plakat
15:45 – 16.00	Podsumowanie i przekazanie planu na następny dzień

PIĄTEK	17.07.2026
8.00 – 8.15	Schodzenie się dzieci, sprawdzenie listy obecności
8.15 – 9.00	Blok olimpijski – rozgrzewka, gry bieżne, gry zespołowe
9.00 – 10.00	Gr. 1 – warsztaty z Pierwszej Pomocy – od bandażowania defibrylatora AED „Drużyna Kangusia Ratusia” + zwiedzanie ambulansu Gr. 2 – warsztaty <u>Asertywne NIE”</u> : <u>Agent asertywności – gra terenowa podsumowująca</u> Gr. 3– warsztaty z Inspekcją Sanitarną
10.00 - 10.15	Posiłek – II śniadanie
10:15 – 11:15	Gr. 1 – warsztaty z Pierwszej Pomocy – od bandażowania defibrylatora AED „Drużyna Kangusia Ratusia” + zwiedzanie ambulansu Gr. 2 – warsztaty <u>Asertywne NIE”</u> : <u>Agent asertywności – gra terenowa podsumowująca</u> Gr. 3– warsztaty z Inspekcją Sanitarną
11:20 – 12:20	Gr. 1 – warsztaty z Pierwszej Pomocy – od bandażowania defibrylatora AED „Drużyna Kangusia Ratusia” + zwiedzanie ambulansu Gr. 2 – warsztaty <u>Asertywne NIE”</u> : <u>Agent asertywności – gra terenowa podsumowująca</u> Gr. 3– warsztaty z Inspekcją Sanitarną
12:30 – 13:00	Posiłek - obiad
13:00 – 13:15	Regeneracja
13:15 – 15:00	Wielki finał olimpijski: ceremonia otwarcia, turniej główny, uroczysta dekoracja medalami
15.00 – 15.15	Posiłek - podwieczorek
15.15 – 16.00	Podsumowanie półkolonii, wręczenie upominków, dyplomów, wspólne zdjęcie

*Przewidziany codzienny pobyt na świeżym powietrzu. Prosimy zadbać o odpowiednio dobraną odzież wierzchnią. Podczas letnich igrzysk – możliwość zamoczenia ubrań, proszę mieć na zmianę.

*Organizator ma prawo do zmian w harmonogramie.