**HARMONOGRAM DNIA II TURNUS**

**19-23 SIERPNIA 2024 R.  
SPORTOWA PRZYGODA**

**Poniedziałek – Pierwsze kroki w świecie sportu**

08:00 – 09:30 – zapoznanie z planem działań na najbliższy tydzień, gry i zabawy integracyjne, zapoznanie dzieci z hasłem „ruch to zdrowie”

09:30 – 10:00 – śniadanie

10:00 – 12:30 – wprowadzenie w tematykę sportu, słownictwo i zwroty w j. angielskim, ćwiczenia na stymulację lewej półkuli mózgu

12:30 – 13:00 – obiad

13:00 – 14:45 – gry i zabawy w tematyce sportowe, „moja ulubiona dyscyplina sportowa” oraz prace plastyczne

14:45 – 16:00 – ćwiczenie poprawnego oddechu i zapoznanie się z dietą sportowca

**Wtorek – Poznajemy zasady zdrowego odżywiania**

08:00 – 09:30 – zestaw porannych ćwiczeń gimnastycznych, nauka słownictwa w j. angielskim – zdrowa żywność

09:30 – 10:00 – śniadanie

10:00 – 12:30 – Spotkanie z FOGO Unia Leszno na stadionie

12:30 – 13:00 – obiad

13:00 – 14:45 – piramida żywności – wykonanie pracy plastycznej za pomocą kredek, analiza piramidy zdrowego żywienia

14:45 – 16:00 – gry i zabawy grupowe

**Środa – Spotykamy się ze sportowcami!**

08:00 – 09:30 – dlaczego warto uprawiać sport – pogadanka i burza mózgów, nauka słownictwa w j. angielskim (części ciała), gry logiczne + zestaw ćwiczeń gimnastycznych z nazywaniem części ciała

09:30 – 10:00 – śniadanie

10:00 – 12:30 – spotkanie z Futsal Leszno

12:30 – 13:00 – obiad

13:00 – 14:45 – gry i zabawy integracyjne: „Zdrowe memory”, „Usłysz i dopasuj”

14:45 – 16:00 – projekt kreatywny

**Czwartek – W zdrowym ciele zdrowy duch**

08:00 – 09:30 – „gimnastyka świetna sprawa, ruch to dobra zabawa!” – zabawy ruchowo-naśladowcze oraz muzyczno-ruchowe, słownictwo w j. angielskim - gimnastyka

09:30 – 10:00 – śniadanie

10:00 – 12:30 – spotkanie z Royal Polonia 1912 Leszno

12:30 – 13:00 – obiad

13:00 – 14:45 – krótki trening z Royal Polonia Leszno

14:45 – 16:00 – ćwiczenia fizyczne z wykorzystaniem skakanek, piłek – rozgrzewka, zawody, ćwiczenia drużynowe pod kątem treningu koszykarskiego

**Piątek – Sportowy bal i pożegnanie**

08:00 – 09:30 – “fun facts about football” – gry z użyciem słownictwa w j. angielskim, „mój ulubiony sportowiec” – praca plastyczna wykonana za pomocą kredek

09:30 – 10:00 – śniadanie

10:00 – 12:30 – prace plastyczne

12:30 – 13:00 – obiad

13:00 – 14:45 – gry grupowe – tematyka piłki nożnej

14:45 – 16:00 – Sports Awards (Bal Sportowy) – dzieci przebierają się za sportowców/reprezentują sporty; mini quiz na temat sportu i zdrowia z wykorzystaniem słownictwa w j. angielskim; pożegnalna gra „co zabieram ze sobą z tych warsztatów”. Pożegnanie z uczestnikami półkolonii

Dni i godziny spotkań ze sportowcami mogą ulec zmianie.