

Ramowy program Półkolonii Letnich 2023 AZS

Forum Aktywności Sportowo-Turystycznej FAST

Termin: 21.08.2023r.-25.08.2023r.

1 dzień (21.08.2023r.) poniedziałek

- 8.30-9.00 - Sprawy organizacyjne (podział na grupy, regulaminy i zasady)
- 9.00-10.00 - Gry i zabawy ruchowe
- 10.00-12.00 - 2 śniadanie połączone z warsztatami kulinarnymi z dietetykiem
- 12.00-13.30 - Gry i zabawy ruchowe
- 13.30-14.00 - Obiad
- 14.00-15.30 - Spacer na lody

2 dzień (22.08.2023r.) wtorek

- 8.30-10.00 - Gry i zabawy z piłkami do siatkówki
- 10.00-10.30 - 2 śniadanie
- 10.30-12.00 - Zajęcia w formie zabaw z psychologiem na temat radzenie sobie z emocjami, komunikacja, trening koncentracji, poczucie własnej wartości
- 12.00-13.30 - Gry i zabawy z piłkami do siatkówki
- 13.30-14.00 - Obiad
- 14.00-15.30 - Gry planszowe

3 dzień (23.08.2023r.) środa

- 8.30-10.00 - Gry i zabawy rekreacyjne (badminton, ringo, dwa ognie, wyścigi rzędów, cztery piłki)
- 10.00-12.00 - 2 śniadanie połączone z warsztatami kulinarnymi z dietetykiem
- 12.00-13.30 - Gry i zabawy rekreacyjne (badminton, ringo, dwa ognie, wyścigi rzędów, cztery piłki)
- 13.30-14.00 - Obiad
- 14.00-15.30 - Seans filmowy

4 dzień (24.08.2023r.) czwartek

- 8.30-10.00 - Gry i zabawy z piłkami do koszykówki
- 10.00-10.30 - 2 śniadanie
- 10.30-12.00 - Zajęcia w formie zabaw z psychologiem na temat radzenie sobie z emocjami, komunikacja, trening koncentracji, poczucie własnej wartości
- 12.00-13.30 - Gry i zabawy z piłkami do koszykówki
- 13.30-14.00 - Obiad
- 14.00-15.30 - Wyjazd na basen do Wólki Rokickiej

5 dzień (25.08.2023r.) piątek

- 8.30-10.00 - Gry i zabawy rekreacyjne (badminton, ringo, dwa ognie, wyścigi rzędów, cztery piłki)
- 10.00-10.30 - 2 śniadanie
- 10.30-12.00 - Zajęcia z fizjoterapeutą (test sprawności)
- 12.00-13.30 - Gry i zabawy rekreacyjne (badminton, ringo, dwa ognie, wyścigi rzędów, cztery piłki)
- 13.30-14.00 - Obiad
- 14.00-15.30 - Podsumowanie półkolonii

* Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany Ramowego programu Półkolonii Letnich 2023 AZS w przypadku zaistnienia nieprzewidzianych sytuacji.