

Szczegółowy program wypoczynku

Półkolonie w Centrum Challenger
turnus 7 kulinarny - 10-14.08.2020

centrum
challenger

karate
kyokushin
OPOLE

data	godzina	temat zajęć
10.08.2020	8:00-8:30	przyrowadzenie dzieci do placówki
	8:30-9:30	zapoznanie uczestników z regulaminami i zasadami BHP panującymi na półkolonii, sprawdzenie obecności, zabawy integracyjne
	9:30-10:00	II śniadanie
	10:00-11:45	projekcja filmowa
	12:00-13:00	trening z elementami cross treningu i stretchingu
	13:00-13:30	obiad
	13:30-15:30	warsztaty kulinarne - kuchnia meksykańska/włoska (spotkanie z kucharzem)
	15:30-16:00	gry i zabawy świetlicowe, odbiór dzieci z placówki
11.08.2020	8:00-8:30	przyrowadzenie dzieci do placówki
	8:30-9:30	pilates - stabilizacja, wzmocnienie mięśni posturalnych
	9:30-10:00	II śniadanie
	10:00-13:00	base basen
	13:00-13:30	obiad
	13:30-14:00	warsztaty na temat wolontariatu
	14:00-15:30	warsztaty kulinarne - kuchnia śródziemnomorska
	15:30-16:00	gry i zabawy świetlicowe, odbiór dzieci z placówki
12.08.2020	8:00-8:30	przyrowadzenie dzieci do placówki
	8:30-10:00	II śniadanie - "Zrób to sam" - warsztaty kulinarne - kuchnia polska
	10:00-13:00	kino
	13:00-13:30	obiad
	13:30-15:30	Konkursy: piłkarzyki, dart, plastyczny
	15:30-16:00	gry i zabawy świetlicowe, odbiór dzieci z placówki
13.08.2020	8:00-8:30	przyrowadzenie dzieci do placówki
	8:30-9:30	trening z elementami samoobrony
	9:30-10:00	II śniadanie
	10:00-13:00	warsztaty kulinarne - kuchnia japońska (wyjście do restauracji Sushi)
	13:00-13:30	obiad
	13:30-15:30	konkurs sprawnościowy
	15:30-16:00	gry i zabawy świetlicowe, odbiór dzieci z placówki
14.08.2020	8:00-8:30	przyrowadzenie dzieci do placówki
	8:30-9:30	II śniadanie
	9:30-12:00	park linowy
	12:00-13:00	warsztaty kulinarne - kuchnia wybrana przez uczestników
	13:00-13:30	obiad
	13:30-14:30	quiz wiedzy historyczno-patriotycznej związanej m.in. z obchodami 100. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości
	14:30-15:30	Gry i zabawy m.in. Zbijak, murarz, skoki przez pas i inne
	15:30-16:00	gry i zabawy świetlicowe, odbiór dzieci z placówki