

## INFORMACJE DODATKOWE

Bardzo prosimy o:

1. Zapewnienie dziecku butelki na wodę/ bidonu- na terenie KSOS znajdują się dystrybutory z wodą i dzieci będą mogły sobie napełniać butelki.
2. Zapewnienie dziecku w dni słoneczne kremu z filtrem (taki krem powinno się reaplikować dlatego też najlepiej żeby miało go ze sobą).
3. Zapewnienie dziecku wygodnego stroju do ćwiczeń (spodenki, sznurowane buty, koszulka, skarpetki) oraz stroju do pływania (plus ręcznik, kosmetyki do mycia).
4. Koszulki do malowania- najlepiej jakby były białe (jasne).
5. Na festiwal kolorów dziecko powinno mieć ubrania, które może ubrudzić lub zniszczyć (proszki farbują)- nie bierzemy odpowiedzialności za ubrania w których dziecko będzie uczestniczyło na zajęciach.
6. W przypadku pytań dotyczących realizacji programu podczas turnusów proszę o kontakt w wychowawcą grupy- na bieżąco będą udzielać informacji na temat zajęć oraz przygotowania się do nich.

# TURNUS IX TENISOWY

PONIEDZIAŁEK 23.08

	<b>GRUPA I</b>		<b>GRUPA II</b>		<b>GRUPA III</b>		<b>GRUPA IV</b>
8:00- 8:45	TENIS ZIEMNY	8:00-9:00	Zajęcia integracyjne	8:00-9:00	Ćwiczenia w parach z piłkami	8:00-8:45	BASEN
9:00-9:45	BASEN	9:15-10:15	TENIS ZIEMNY	9:15-10:15	Zabawy integracyjne	9:15-10:15	Ćwiczenia w parach z piłkami
10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie
10:45-11:45	Ćwiczenia w parach z piłkami	11:00-11:45	BASEN	10:45-11:45	TENIS ZIEMNY	10:45-11:45	Zajęcia integracyjne
12:00-13:00	Zabawy integracyjne	12:15-13:00	Ćwiczenia w parach z piłkami	12:00-12:45	BASEN	12:00-13:00	TENIS ZIEMNY
13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad
14:00-16:00	Przeciąganie liny – zabawy z siłowaniem Zamek dmuchany	14:00-16:00	Przeciąganie liny – zabawy z siłowaniem Zamek dmuchany	14:00-16:00	Przeciąganie liny – zabawy z siłowaniem Zamek dmuchany	14:00-16:00	Przeciąganie liny – zabawy z siłowaniem Zamek dmuchany
16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci

	GRUPA II		GRUPA III		GRUPA IV		GRUPA I
8:00- 8:45	TENIS ZIEMNY	8:00-9:00	Krażki rehabilitacyjne	8:00-9:00	Praca plastyczna – Robimy latawiec	8:00-8:45	BASEN
9:00-9:45	BASEN	9:15-10:15	TENIS ZIEMNY	9:15-10:15	Krażki rehabilitacyjne	9:15-10:15	Praca plastyczna – Robimy latawiec
10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie
10:45-11:45	Praca plastyczna – robimy latawiec*	11:00-11:45	BASEN	10:45-11:45	TENIS ZIEMNY	10:45-11:45	Krażki rehabilitacyjne
12:00-13.00	Krażki rehabilitacyjne	12:15-13.00	Praca plastyczna – Robimy latawiec	12:00-12:45	BASEN	12:00-13:00	TENIS ZIEMNY
13:00 -13:30	obiad	13:00 -13:30	obiad	13:00 -13:30	obiad	13:00 -13:30	obiad
13:30-16:00	Murarz, Baba jaga, Ciuciubabka Zamek dmuchany/ <b>KLOCKI</b>	13:30-16:00	Murarz, Baba jaga, Ciuciubabka Zamek dmuchany/ <b>KLOCKI</b>	13:30-16:00	Murarz, Baba jaga, Ciuciubabka Zamek dmuchany <b>KLOCKI</b>	13:30-16:00	Murarz, Baba jaga, Ciuciubabka Zamek dmuchany/ <b>KLOCKI</b>
16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci

\* robimy, a potem puszczaemy latawce

ŚRODA 25.08

	GRUPA III		GRUPA IV		GRUPA I		GRUPA II
8:00- 8:45	TENIS ZIEMNY	8:00-9:00	Stopy – tor przeszkód	8:00-9:00	Nordic Walking	8:00-8:45	BASEN
08:45-09:00	śniadanie	08:45-09:00	śniadanie	08:45-09:00	śniadanie	08:45-09:00	śniadanie
09:30-12:30	TAURON	09:30-12:30	TAURON	09:30-12:30	TAURON	09:30-12:30	TAURON
13:00 -14:00	obiad	13:00 -14:00	obiad	13:00 -14:00	obiad	13:00 -14:00	obiad
		14:00		14:00			
14:00-16:00	Zbijany, 5 podań, 15 podań Zamek dmuchany  Malowanie koszulek*	14:00-16:00	Zbijany, 5 podań, 15 podań Zamek dmuchany  Malowanie koszulek*	14:00-16:00	Zbijany, 5 podań, 15 podań Zamek dmuchany  Malowanie koszulek*	14:00-16:00	Zbijany, 5 podań, 15 podań Zamek dmuchany  Malowanie koszulek*
16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci

\*dzieci przynoszą swoje koszulki, które mogą pomalować (najlepiej białe)

## CZWARTEK 26.08

	GRUPA IV		GRUPA I		GRUPA II		GRUPA III
8:00- 8:45	TENIS ZIEMNY	8:00-9:00	golf	8:00-9:00	Piłki Thera band	8:00-8:45	BASEN
9:00-9:45	BASEN	9:15-10:15	TENIS ZIEMNY	9:15-10:15	golf	9:15-10:15	Piłki Thera band
10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie
10:45-11:45	Piłki Thera band	11:00-11:45	BASEN	10:45-11:45	TENIS ZIEMNY	10:45-11:45	golf
12:00-13.00	golf	12:15-13:00	Piłki Thera band	12:00-12:45	BASEN	12:00-13:00	TENIS ZIEMNY
13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad
14:00-16:00	Gry planszowe, puzzle* Zamek dmuchany	14:00-16:00	Gry planszowe, puzzle* Zamek dmuchany	14:00-16:00	Gry planszowe, puzzle* Zamek dmuchany	14:00-16:00	Gry planszowe, puzzle* Zamek dmuchany
16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci

\*puzzle – dzieci mogą przynieść swoje puzzle i wymieniać się między sobą - Np. układanie na czas – wyścig drużyn, która drużyn szybciej ułoży.

\*gry planszowe ulubione również dzieci mogą przynieść – poinformować je dzień wcześniej lub skorzystać z tego co mamy.

	GRUPA I		GRUPA II		GRUPA III		GRUPA IV
8:00- 8:45	TENIS ZIEMNY	8:00-9:00	Ćwiczenia i zabawy z hula hop	8:00-9:00	Malowanie kredą – „półkolonia w Ksos” praca zbiorowa	8:00-8:45	BASEN*
9:00-9:45	BASEN* Przynosimy Ulubione zabawki dmuchane	9:15-10:15	TENIS ZIEMNY	9:15-10:15	Ćwiczenia i zabawy z hula hop	9:15-10:15	Malowanie kredą – „półkolonia w Ksos” praca zbiorowa
10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie	10:15-10:45	śniadanie
10:45-11:45	Malowanie kredą – „półkolonia w Ksos” praca zbiorowa	11:00-11:45	BASEN*	10:45-11:45	TENIS ZIEMNY	10:45-11:45	Ćwiczenia i zabawy z hula hop
12:00-13.00	Ćwiczenia i zabawy z hula hop**	12:15-13:00	Malowanie kredą – „półkolonia w Ksos” praca zbiorowa	12:00-12:45	BASEN	12:00-13:00	TENIS ZIEMNY
13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad	13:15 -14:00	obiad
14:00-16:00	Festiwal kolorów <b>FINAL W MOSiE</b>	14:00-16:00	Festiwal kolorów <b>FINAL W MOSiE</b>	14:00-16:00	Festiwal kolorów <b>FINAL W MOSiE</b>	14:00-16:00	Festiwal kolorów <b>FINAL W MOSiE</b>
16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci	16:00-17:00	Odbiór dzieci

\*\* Hula – hop – kto dłużej kręci; przeskoki na hula hop, krążenie ręką; toczenie hula ho ręką kto najdalej, wypuszczanie toczącego się hula – hop,

które potoczy się najdalej; zabawy drużynowe z wykorzystaniem hula – hop - kółko i krzyżyk, tunele itp.

**FINAL W MOSiE**: finał na zakończenie lata- dzieci jadą z wychowawcami do MOS i stamtąd rodzice odbierają dzieci.