

Zima na sportowo z OSiR Włoszczowa
FERIE ZIMOWE 2013

Założenia programowe

1. **Rodzaj:**
„Zima na sportowo”- cykl zajęć sportowo – rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży
2. **Termin:**
21.01 – 25.01.2013r.
3. **Charakterystyka uczestników:** Dzieci i młodzież w wieku od 7 do 12 lat.
4. **Kadra instruktorska:** Karolina Marzec
5. **Lokalizacja :**
Włoszczowa, woj. Świętokrzyskie
6. **Nasz adres :**
ul. Wiśniowa 43, 29-100 Włoszczowa (basen NEMO)
7. **Informacje ogólne – czym dysponuje OSiR Włoszczowa:**

Basen NEMO:

basen z atrakcjami, sauna rzymska i fińska, zjeżdżalnia, brodzik, jacuzzi

Stadion OSiR:

2 boiska do piłki nożnej, skate park, korty tenisowe, lodowisko

Hala sportowa:

Siłownia, hala sportowa z wyposażeniem,

8. Założenia wychowawcze:

- Integracja dzieci poprzez prace w zespole,
- Rozwijanie poczucia odpowiedzialności i samodzielności,
- Pobudzanie potrzeby współdziałania,
- Inicjowanie współzawodnictwa,
- Wzbudzanie inwencji twórczej,

9. Założenia programowe

Uczestnicy będą brali udział w zajęciach prowadzonych na sportowo, rekreacyjnie oraz poznawczo. Odbędą się treningi pływackie oraz trening wytrzymałości kondycyjnej zgodny z programem. W programie są także, kąpiele wodne, gry i zabawy ruchowe, rozgrywki zespołowe i indywidualne.

10. Propozycja planu dnia

- 8:00 – pobudka uczestnika (basen „NEMO”),
- 8:30 – śniadanie w restauracji „Raj Pirata”
- 9:00 – Przyjazd uczestników (wersja bez noclegu)
gry i zabawy na obiektach OSiR Włoszczowa,
- 13:00 – obiad w restauracji „Raj Pirata”,
- 14:00 – przerwa poobiednia – pokoje hotelowe na basenie,
- 15:00 – gry i zabawy na obiektach OSiR Włoszczowa
- 18:00 – Odbiór uczestników (wersja bez noclegu)
przygotowanie do kolacji
- 18:30 – 19:30 kolacja „Raj Pirata”
- 19:30 – 21:00 oglądanie filmów/ gry playstation/gry planszowe
- 22:00 – 8:00 cisza nocna

11. Plan atrakcji :

Dzień pierwszy

- Gry i zabawy na basenie NEMO
- Prezentacja własnej osoby

Dzień drugi

- Wycieczka na lodowisko
- Zajęcia na hali sportowej

Dzień trzeci

- Trening pływacki z elementami wytrzymałości
- Ćwiczenia sportowo - rekreacyjne

Dzień czwarty

- Wycieczka poznawcza
- Gry playstation 3

Dzień piąty

- Zawody w pływaniu / egzamin na kartę pływacką
- Gry planszowe, malowanki
- Wręczenie dyplomów
- Pożegnanie

Dzieci i młodzież są pod opieką wykwalifikowanego opiekuna .Bawią się i ćwiczą z radością z zachowaniem pełnego bezpieczeństwa.

Serdecznie zapraszamy do wspólnego uczestnictwa !!!

Cena pobytu i zajęć z instruktorem to 550 zł/osoba.(z noclegiem)

Cena zajęć z instruktorem to 300 zł/osoba. (bez noclegu)

Jeśli chcesz więcej informacji, dzwoń: 41 33 35 101 lub 602 296 290.

Zgłoszenia do dnia 18 stycznia 2013r. w kasie basenu NEMO.

Ferie z OSiR Włoszczowa, to świetna zabawa i przygoda !!!

