

PROGRAM I PLAN PÓŁKOLONII W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 10 IM. MARII CURIE – SKŁODOWSKIEJ W KATOWICACH

4.07.2022 r. – 8.07.2022 r.

Cel ogólny

Bezpieczny, zdrowy i ciekawy wypoczynek dzieci w gronie przyjaciół.

Cele szczegółowe

Dziecko:

- miło spędza czas,
- spędza czas w gronie przyjaciół,
- jest wypoczęte i zrelaksowane,
- potrafi współdziałać w grupie,
- potrafi znaleźć przyjaciela,
- zna swoje mocne i słabe strony,
- potrafi kulturalnie zachować się w różnych sytuacjach,
- bierze udział w zajęciach warsztatowych,
- bierze udział w zajęciach sportowych, ruchowych, w sali gimnastycznej, basenie,
- bierze udział w grach i zabawach,
- zna i przestrzega zasad bezpiecznego wypoczynku,
- jest świadome wpływu aktywności fizycznej na stan zdrowia, prawidłowy rozwój i samopoczucie,
- zna i przestrzega obowiązujące przepisy i zasady higieny

Formy pracy:

- Warsztaty,
- Pogadanki,
- Zajęcia sportowe,
- Gry i zabawy sportowe, umysłowe, integracyjne,
- Zajęcia plastyczne, literackie,
- Spacer.

Pogadanki:

1. Zapoznanie uczestników z regulaminem półkolonii.
2. Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście.
3. Pogadanka na przestrzegania wytycznych związanych z bezpiecznym wypoczynkiem.
4. Pogadanka na temat odpowiedniego zachowania się w miejscach publicznych.
5. Przedstawienie regulaminu sali gimnastycznej. Pogadanka "bezpieczne zabawy".
6. Pogadanka na temat bezpiecznego zachowania podczas zajęć plastycznych, sportowych, literackich.
7. Zapoznanie uczestników z regulaminami miejsc, w których będą realizowane zajęcia.
8. Pogadanka na temat kulturalnego zachowania.
9. Przedstawienie regulaminu basenu oraz zasad BHP.

PLAN PÓŁKOLONII

Dzień pierwszy: 04.07.2022 r. – poniedziałek

Data	Grupa	Godziny	Punkt programu
04.07.2022	Gr 1 Gr 2	8:00 – 8:20	Zbiórka w szkole. Mycie lub dezynfekcja rąk. Zapoznanie uczestników z regulaminem półkolonii, sali gimnastycznej, basenu, wytycznymi związanymi z bezpiecznym wypoczynkiem. Przedstawienie programu. Opracowanie i spisanie kontraktu grupowego. Ogłoszenie konkursu na czas trwania II tygodnia półkolonii: „Najaktywniejszy półkolonista”.
	Gr. 1	8:20 – 8:40	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zabaw. Przebijanie się. Poranna gimnastyka.
		8:40 – 9:00	Pogadanka na temat bezpiecznego zachowania podczas zajęć plastycznych Wakacyjny kolaż – wakacyjne kolorowanki.
	Gr 2	8:20 – 8:40	Pogadanka na temat bezpiecznego zachowania podczas zajęć plastycznych Wakacyjny kolaż – wakacyjne kolorowanki.
		8:40 – 9:00	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zabaw. Przebijanie się. Poranna gimnastyka.
	Gr 1 Gr 2	9:00 – 9:20	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer do NOSPRu plac Wojciecha Kilara 1 w Katowicach
		9:20 – 10:45	Pogadanka na temat bezpiecznych zajęć. Warsztaty oraz zwiedzanie.
		10:45 -10:50	Wspólne II śniadanie (suchy prowiant).
		11:50 -11:20	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Pogadanka na temat zachowania bezpieczeństwa w środkach komunikacji miejskiej. Przejazd tramwajem do Górnośląskiego Parku Etnograficznego w Chorzowie.
		11:20-11:35	Pogadanka na temat właściwego zachowania się w muzeum. Przejście do izby.
		11:35 -12:35	Pogadanka na temat zachowania bezpieczeństwa podczas zajęć. Mycie rąk. Warsztaty z filmu.
		12:35- 13:15	Pogadanka na temat zachowania bezpieczeństwa podczas pieczenia kielbasek. Ognisko, pieczenie kielbasek
		13:15-14:00	Spacer po parku, oglądanie różnych zabudowań znajdujących

			się na terenie muzeum.
		14:00 - 14:30	Pogadanka na temat zachowania bezpieczeństwa w środkach komunikacji miejskiej, poruszania się po mieście. Powrót do szkoły.
		14.30 – 14.50	Mycie rąk. Wspólny posiłek (suchy prowiant) lub obiad.
		14:50 - 15:00	Podsumowanie dnia i ocena zachowania uczestników.

Dzień drugi: 05.07.2022 – wtorek

Data	Grupa	Godziny	Punkt programu
05.07.22 r.	Gr 1 Gr 2	8:00 – 8:15	Zbiórka w szkole. Przedstawienie programu. Przypomnienie uczestnikom wytycznych związanych z bezpiecznym wypoczynkiem.
	Gr 1	8:15 - 8:35	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej i zasad BHP. Poranna muzyczna gimnastyka
		8:35 – 8.55	Gry planszowe
	Gr 2	8:15 – 8:35	Gry planszowe
		8:35 – 8:55	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej i zasad BHP. Poranna muzyczna gimnastyka
	Gr 1 Gr 2	8:55 – 9:10	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście oraz zachowania w środkach komunikacji miejskiej. Przejsie na przystanek autobusowy Katowice – Sokolska.
		9:10 – 9:30	Przejazd autobusem na przystanek Wilhelmania Zespół Szkół, Katowice.
		9:30 – 9:45	Spacer do Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej nr 1, ul Krakowska 130 w Katowicach.
		9:45– 10:00	Wspólne II śniadanie (suchy prowiant).
		10:00 -12:00	Pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zajęć. Zwiedzanie Straży pożarnej.
		12:00 –12:16	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście oraz zachowania w środkach komunikacji miejskiej. Przejsie na przystanek autobusowy Wilhelmania Zespół Szkół, Katowice.
		12:16 –12:36	Przejazd autobusem na przystanek Katowice aleja Korfantego.
		12:36 –12:45	Powrót do szkoły
		12:45 –13:15	Mycie rąk. Wspólny posiłek (suchy prowiant) lub obiad (opcja dodatkowa).
	Gr 1	13:15 –14:00	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie
		14:00 –14:45	Kalambury

	Gr 2	13:15 –14:00	Kalambury
		14:00- 14:45	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie
	Gr 1 Gr 2	14:45-15:00	Podsumowanie dnia i ocena zachowania uczestników.

Dzień trzeci: 06.07.2022 – środa

Data	Grupa	Godziny	Punkt programu
06.07.2022	Gr 1 Gr 2	8:00 – 8:20	Zbiórka w szkole. Przedstawienie programu. Przypomnienie uczestnikom wytycznych związanych z bezpiecznym wypoczynkiem.
	Gr 1	8:20– 8:40	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej i zasad BHP. Gry i zabawy integracyjne na sali gimnastycznej.
		8:40 – 9:00	Gry i zabawy stolikowe
	Gr 2	8:20 – 8:40	Gry i zabawy stolikowe
		8:40 – 9:00	Przypomnienie regulaminu sali gimnastycznej i zasad BHP. Gry i zabawy integracyjne na sali gimnastycznej.
	Gr 1 Gr 2	9:00 – 9:30	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer do Centrum Powiadomienia Ratunkowego w Katowicach, ul. Jagiellońska 25
		9:30 – 11:00	Pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zajęć. Zajęcia warsztatowe oraz zwiedzanie.
		11:00- 11:15	Wspólne II śniadanie (suchy prowiant)
		11:15 -12:00	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer do Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 3, ul. Gliwicka 93
		12:00 –13:30	Pogadanka na temat bezpiecznych zajęć. Zajęcia literacko- edukacyjne połączone z warsztatami plastycznymi
		13:30 –14:00	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Powrót do szkoły.
		14:00 - 14:30	Mycie rąk. Wspólny posiłek (suchy prowiant) lub obiad (opcja dodatkowa).
		14:30 -15:00	Gry stolikowe. Podsumowanie dnia i ocena zachowania uczestników.

Dzień czwarty: 07.07.2022– czwartek

Data	Grupa	Godziny	Punkt programu
07.07.2022	Gr 1 Gr 2	8:00 – 8:15	Zbiórka w szkole. Przedstawienie programu. Przypomnienie uczestnikom wytycznych związanych z bezpiecznym wypoczynkiem. Gry stolikowe.
	Gr 1	8:15 – 9:15	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie.
		9:15– 10:15	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć plastycznych. Wykonanie zakodowanej informacji.
	Gr 2	8:15 – 9:15	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć plastycznych. Wykonanie zakodowanej informacji.
		9:15-10:15	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie.
	Gr 1 Gr 2	10:15 – 10:30	Mycie rąk. Wspólne II śniadanie (suchy prowiant).
		10:30 – 10:45	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Przejsie do Multikina w Katowicach.
		10:45 – 12:30	Seans filmowy
		12:30 – 12:45	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Powrót do szkoły
		12:45 – 13:15	Mycie rąk. Wspólny posiłek (suchy prowiant) lub obiad (opcja dodatkowa).
		13:15 – 13:30	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer na rów wełnowiecki
		13:30 – 14:30	Pogadanka na temat bezpiecznych zabaw. Gry i zabawy ruchowe.
		14:30 – 14:45	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Powrót do szkoły
		14:45-15:00	Podsumowanie dnia i ocena zachowania uczestników.

Dzień piąty 08.07.2022 – piątek

Data	Grupa	Godziny	Punkt programu
08.07.2022	Gr 1 Gr 2	8:00 – 8:15	Zbiórka w szkole. Przedstawienie programu. Przypomnienie uczestnikom wytycznych związanych z bezpiecznym wypoczynkiem.
	Gr 1	8:15 – 8:45	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie.
		8:45 -9:30	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć plastycznych. Odczytywanie zaszyfrowanej wiadomości
	Gr 2	8:15 – 8:45	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć plastycznych. Odczytywanie zaszyfrowanej wiadomości
		8:45 -9:15	Przypomnienie regulaminu basenu oraz pogadanka na temat bezpieczeństwa w wodzie. Przebieranie się. Zajęcia na basenie. Przebieranie się, suszenie.
	Gr 1 Gr 2	9:30 – 10:00	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer do Radia Katowice, ul Ligonja 29
		10:00 – 11:30	Pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zajęć. Zwiedzanie radia Katowice
		11:30 – 11:45	Wspólne II śniadanie (suchy prowiant).
		11:45 – 12:15	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście. Spacer do Muzeum Śląskiego
		12:15 – 14:15	Zajęcia warsztatowe w Muzeum Śląskim „Na tropie Tomka”
		14:15 – 14:30	Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po mieście Powrót do szkoły
		14:30 – 14:45	Mycie rąk. Wspólny posiłek (suchy prowiant) lub obiad (opcja dodatkowa).
		14:45 – 15:00	Podsumowanie półkolonii i rozdanie dyplomów.

Organizator zastrzega, iż plan może ulec zmianie w zależności od warunków pogodowych.