

LATO W MIEŚCIE 2024 W OGNISKU PRACY POZASZKOLNEJ „175”

HARMONOGRAM DLA ODBIORCÓW ZORGANIZOWANYCH

„ LATO Z ISKRĄ”

9.00-14.00

Data	Nauczyciel dyżurujący	Godziny	Program	Uwagi
4.07.2024 czwartek	Ewa Benza	9-14: Zajęcia trwają 1,5 godziny	<p>Zajęcia sportowe: Fitness dla dzieci to zestaw różnorodnych aktywności fizycznych, które są dostosowane do wieku i umiejętności dzieci, a jednocześnie zapewniają im radość, zabawę i zdrowy rozwój.</p> <p>Opis zajęć: Zajęcia taneczne: Ta forma fitnessu angażuje dzieci poprzez naukę prostych choreografii, które można dostosować do różnych stylów tanecznych, takich jak hip-hop, jazz, balet czy taniec nowoczesny. Zajęcia taneczne poprawiają koordynację, równowagę i kondycję fizyczną, jednocześnie pozwalając dzieciom wyrazić siebie w kreatywny sposób.</p> <p>Joga dla dzieci: Zajęcia z jogi dla dzieci są dostosowane do ich potrzeb i możliwości, skupiając</p>	Zapis dla 2 grup na konkretne godziny podczas dyżuru nauczyciela. Grupa może liczyć 16 dzieci.

			<p>się na prostych pozycjach, oddechu i relaksacji. Yoga pomaga dzieciom w budowaniu siły mięśniowej, elastyczności, równowagi oraz umiejętności koncentracji i samoregulacji emocji. Zabawy z przyrządami sportowymi: Korzystanie z przyrządów sportowych, takich jak hula hop, skakanki, piłki do skakania czy równoważnie, dostarcza dzieciom nie tylko zabawy, ale również pomaga w rozwijaniu umiejętności motorycznych, koordynacji i równowagi.</p>	
	Agnieszka Sienkiewicz	<p>Dyżur: 9-14</p> <p>Warsztat trwa 1,5 godziny</p>	<p>Warsztaty rękodzielnicze: <i>Wachlarz</i></p> <p>Opis: <i>Na zajęciach wykonamy papierowe, składane wachlarze z rączką. Idealny gadżet do ochłody na upalne letnie dni.</i></p>	<p>Zapis dla 2 grup na konkretne godziny podczas dyżuru nauczyciela. Grupa może liczyć 16 dzieci.</p>
5.07.2024 piątek	Ewa Benza	<p>9-14</p> <p>Zajęcia trwają 1,5 godziny</p>	<p>Zajęcia sportowe: Zabawy ruchowe dla dzieci mają wiele zalet, między innymi rozwijają zdolności motoryczne, koordynację, równowagę oraz sprzyjają ogólnemu rozwojowi fizycznemu i emocjonalnemu.</p> <p>Opis kilku gier i zabaw ruchowych dla dzieci: Kręgle: Gra polegająca na rzucaniu piłką w ustawione butelki lub puszki, które trzeba przewrócić. Ćwiczy celność, koordynację i umiejętność rzucania. Bawię się i gonię: Ta zabawa angażuje dzieci do biegania i łapania. Jedno dziecko jest</p>	<p>Zapis dla 2 grup na konkretne godziny podczas dyżuru nauczyciela. Grupa może liczyć 16 dzieci.</p>

			<p>"znajdującym", a reszta jest "łapiącymi". Celem jest unikanie złapania przez "znajdującego".</p> <p>Skakanka: Klasyczna gra, w której dzieci skaczą przez obracający się skakankę prowadzoną przez inne dzieci. Doskonała zabawa ruchowa, rozwijająca wytrzymałość i koordynację.</p> <p>Wyścigi w workach: Dzieci biorą udział w wyścigach, biegnąc w workach. Ta zabawa rozwija zdolności równowagi, koordynację i sprawność fizyczną.</p> <p>Mini turniej w zbijaka.</p>	
	Agnieszka Sienkiewicz	<p>9-14</p> <p>Zajęcia trwają 1,5 godziny</p>	<p>Warsztaty rękodzielnicze: <i>Koralikowy zawrót głowy.</i></p> <p>Opis warsztatów: <i>Zabawa z koralikami HAMA rozwija kreatywność, koordynację ręka-oko, motorykę małą. Ćwiczymy cierpliwość i wytrwałość, a efektowne dzieła dają wiele satysfakcji. Wykonamy prace wg wzoru lub własnej inwencji.</i></p>	<p>Zapis dla 2 grup na konkretne godziny podczas dyżuru nauczyciela.</p> <p>Grupa może liczyć 16 dzieci.</p>