

SZKOŁA PODSTAWOWA im. AUGUSTA CIESZKOWSKIEGO w KICINIE

Data	Godziny	Tematyka i rodzaj zajęć
25.06.2018r. poniedziałek	od 9:00 do 14:00	<p style="text-align: center;">„Wakacje z Lekkoatletyką”</p> <p>Dzisiaj skaczymy wzwyż.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia organizacyjne, podział na grupy. • Pogadanki na temat lekkiej atletyki. Prezentacja rekordów i technik skoku wzwyż. • Zajęcia sportowe – Skok wzwyż, ćwiczenia wprowadzające i oswajające. • Zajęcia sportowe – Mini turniej skoku wzwyż. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
26.06.2018 r. wtorek	od 9:00 do 14:00	<p>Skaczymy w dal – kto ustanowi rekord?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowo – ruchowe, gry zabawy integracyjne. • Pogadanki na temat lekkiej atletyki. Prezentacja rekordów i technik skoku w dal. • Zajęcia sportowe – Skok wzwyż, ćwiczenia wprowadzające i oswajające. • Zajęcia sportowe – Mini turniej skoku w dal. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
27.06.2018 r. środa	od 9:00 do 14:00	<p>Gimnastykujemy się – jesteśmy sprawni!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowe – „Dwa ognie”, „Gra do pięciu podań”. • Zajęcia w sali informatycznej, pokaz tematyczny. • Zajęcia sportowe – uczyliśmy się i doskonalimy różnego rodzaju przewroty, ćwiczenia równoważne. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
28.06.2018 r. czwartek	od 9:00 do 14:00	<p>Tworzymy układy gimnastyczne.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konkurs plastyczny o tematyce zdrowotnej, • Zajęcia sportowe z elementami gimnastyki. • Zajęcia sportowe – sprawnościowy tor gimnastyczny. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
29.06.2018 r. piątek	od 9:00 do 14:00	<p>Biegamy – kto będzie najszybszy?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowe - mały bieg terenowy. • Zajęcia sportowe – biegi: krótki, przez płotki, slalomy, bieg po kopercie. • Rozgrywki- Piłki Siatkowej (gr. najmłodsza „ Łapanka siatkarska”)
02.07.2018 r. poniedziałek	od 9:00 do 14:00	<p>Dzisiaj rzucamy.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowo – ruchowe, gry zabawy integracyjne. • Pogadanki na temat lekkiej atletyki. Prezentacja konkurencji rzutów. • Zajęcia sportowe – Rzut piłeczką palantową, piłką lekarską. • Zajęcia sportowe – Mini turniej rzutu piłką lekarską. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
03.07.2018 r. wtorek	od 9:00 do 14:00	<p>Biegamy na orientację – to jest to!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowo – ruchowe, gry zabawy integracyjne. • Mini Bieg zadaniowy. • Mini Biegi na orientację – podstawowe zasady. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
04.07.2018 r. środa	od 9:00 do 14:00	<p>Dziś czwórój lekkoatletyczny.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konkurs plastyczny o tematyce zdrowotnej. • Zajęcia sportowe- zapoznanie się ze sposobami pomiaru konkurencji. • Zajęcia sportowe – mini zawody. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.
05.07.2018 r. czwartek	od 9:00 do 14:00	<p>Gry zespołowe – współpraca jest ważna!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowe – ruchowe, gry zabawy integracyjne. • Zajęcia sportowe – gry rzutne. Rozgrywki Koszykówki, Piłki Ręcznej , Mini Rugby
06.07.2018 r. piątek	od 9:00 do 14:00	<p>Gimnastyka na naszym placu zabaw.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia sportowe – ruchowe, gry zabawy integracyjne. • Zajęcia sportowe – jak wykorzystać plac zabaw do poprawy swoich umiejętności gimnastycznych. • Gimnastyczny tor przeszkód. • Gry zespołowe, zabawy i gry ruchowe; gry rekreacyjne.