

PROGRAM PÓŁKOLONII w SP 3

Zima 2024



„RAZEM w ferie”

Program półkolonii będzie realizowany wśród uczniów klas 1-8 szkoły podstawowej ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb dzieci pochodzących z rodzin zagrożonych oraz będących w trudnej sytuacji materialnej.

Opracowany został, tak aby zapewnić dzieciom wszechstronny rozwój w sferze emocjonalno-ruchowej. Ma służyć pokazywaniu wzorców życia bez nałogów, w zgodzie z naturą oraz zapewnić miłe spędzenie wolnego czasu.

Obejmuje zajęcia świetlicowe, sportowo-rekreacyjne na sali gimnastycznej, na boisku oraz basenie. Uwzględni treści zdrowotne, ekologiczne i regionalne.

CELE:

- Zorganizowanie wypoczynku dzieci.
- Doskonalenie umiejętności rozwiązywania problemów.
- Stworzenie warunków sprzyjających pracy grupowej.
- Wprowadzenie problematyki komunikacji interpersonalnej w zabawowej formie.
- Rozwijanie umiejętności wiązania poszczególnych stanów emocjonalnych i uczuć z sytuacjami życiowymi.
- Dostarczenie pomysłów na spędzanie czasu wolnego w grupie rówieśniczej.
- Wyrabianie umiejętności właściwej organizacji czasu wolnego.
- Dbanie o bezpieczeństwo i higienę.
- Ukazywanie roli ruchu i czynnego wypoczynku w zachowaniu zdrowia.
- Rozwijanie zainteresowań artystycznych i czytelniczych dzieci,

HARMONOGRAM DNIA

7.00-9.00	zbiórka dzieci-zajęcia świetlicowe, przygotowanie do śniadania
9.00-9.30	śniadanie
9.30-12.00	zajęcia sportowe na sali gimnastycznej lub świeżym powietrzu/wyjście grupowe
12.00-13.00	zajęcia profilaktyczne
13.00-13.30	obiad
13.30-14.30	zajęcia świetlicowe gry i zabawy, podwieczorek
14.30-15.00	podsumowanie dnia, rozejście się do domów

PLAN DZIAŁAŃ:

Zagadnienie tematyczne	Sposób realizacji
Bezpiecznie spędzamy czas wolny	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spotkanie z policjantem, strażą miejską pogadanka na temat zasad bezpieczeństwa. 2. Doskonalenie zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym - ćwiczenia 3. Konkurs wiedzy o ruchu drogowym. 4. Zajęcia w plastyczne bezpieczeństwo w ferie
Rozwijamy zainteresowania	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia w bibliotece i księgarni edukacyjnej 2. Zajęcia w Izbie Muzealnej. 3. Spotkanie z ratownikiem zajęcia z pierwszej pomocy 4. Zajęcia plastyczne - rysowanie, malowanie, wydzieranka itp. 5. Zabawa dyskotekowa.
Poznajemy nasze miasto i okolice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spacer po najbliższej okolicy. 2. Wizyta w Izbie Tradycji przy Miejskiej Bibliotece Publicznej. 3. Wizyta w Galerii Stara Łaźnia. 4. Basen w SP 3 5. Przybliżenie historii miasta.
Profilaktyka uzależnień: <ol style="list-style-type: none"> 1. Alkoholizm jako bardzo poważna choroba. 2. Chcesz być zdrowy – Nie pal! 3. Przemoc zawsze rodzi przemoc. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spotkanie z pielęgniarką- rozmowa na temat wpływu nikotyny i alkoholu oraz innych używek na zdrowie człowieka. 2. Układanie wierszyków negujących złe nałogi i wskazujących ich negatywne skutki. 3. Redagowanie rymowanek, piosenki prezentujących zdrowy styl życia. 4. Zobrazowanie w formie plakatu hasła: „<i>Jestem smutny lub jestem wesoły gdy...</i>”
Uczymy się zasad zachowania i współpracy w grupie	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia świetlicowe integrujące grupę. 2. Poznanie sposobów rozwiązywania konfliktów. 3. Wspólna, zgodna realizacja projektu „Ciekawy sposób na spędzanie czasu wolnego”. 4. Turniej "Dobrego zachowania". 5. Zasady bezpiecznego współzawodnictwa podczas zajęć sportowych na sali gimnastycznej oraz zabaw na świeżym powietrzu.
Higiena życia codziennego	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pogadanka na temat higieny osobistej przeprowadzona przez pielęgniarkę. 2. Higiena spożywania posiłków, zasady racjonalnego żywienia, co to jest zdrowa żywność – pogadanki, konkursy, zajęcia plastyczne. 3. Higiena podczas półkolonii- mycie rąk, dezynfekcja
Dbamy o swoje zdrowie i kondycję fizyczną	<ol style="list-style-type: none"> 1. spacer po lesie, 2. gry zespołowe koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton, tenis ziemny i stołowy, gry i zabawy bieżne w Sali gimnastycznej 3. „Ścieżka zdrowia” – gry i zabawy ruchowa na świeżym powietrzu teren wokoło szkoły