

# „Sportowe lato z OSiR-em” 2018

III TURNUS

30.07-3.08.2018

Cele:

- kształtowanie świadomości aktywności ruchowej wśród dzieci i młodzieży;
- integracja środowiska szkolnego;
- promocja zdrowego stylu życia;

Dzień	Miejsce	Godzina	Przebieg dnia	Uwagi
Poniedziałek 30.07.2018	Parking przy krytej pływalni  Stadion OSiR  Kryta pływalnia  Restauracja Podleśna	9:00  9:30 - 12:30  13:00-14:00  14:30 15:00	Zbiórka i przywitanie kolonistów przy pływalni: - zapoznanie dzieci z regulaminem uczestnika półkolonii, zasady bezpieczeństwa;  - zabawy integracyjne z animatorami; - zespołowe gry sportowe;  - pobyt rekreacyjny na basenie;  - obiad; - podsumowanie dnia przy krytej pływalni.	- strój sportowy, obuwie sportowe pełne.      - strój kąpielowy, klapki, ręcznik.
Wtorek 31.07.2018	Parking przy pływalni  Muzeum Stolarstwa w Krobi  Centrum Kultury i Rekreacji w Krobi  Restauracja Podleśna	9:15 9:30  10:00 - 14:00    14:30  15:00	Zbiórka przy krytej pływalni, - przejazd do Krobi;  - zwiedzanie Muzeum Stolarstwa w Krobi; - warsztaty ceramiczne - lekcje edukacyjne  - ścianka wspinaczkowa;  - obiad;  - podsumowanie półkolonii przy krytej pływalni.	- strój sportowy, obuwie sportowe pełne.

Środa- Czwartek 1-2.08.2018	Parking przy krytej pływalni	godz. 6:20	Zbiórka przy krytej pływalni;	- strój sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, krem ochronny, okulary przeciwsłoneczne, czapka ochronna, środki zapobiegające chorobie lokomocyjnej.
	Złoty Stok	godz. 6:30 wyjazd	ZŁOTY STOK: - wizyta w Średniowiecznym Parku Techniki; - prezentacja pracy średniowiecznych urzędzeń; - zwiedzanie Podziemnej Trasy Turystycznej w Zabytkowej Kopalni Złota; - „Sztolnia Gertruda”, „Chodnik Śmierci”, podziemny wodospad; - zwiedzanie Sztolni Ochrowej - klejnotu górnictwa; - płukanie złota; - certyfikat „Zdobywcy Kopalni Złota”; - obiad w restauracji; - czas do dyspozycji uczestników (plac zabaw i inne atrakcje); - przejazd na nocleg do Srebrnej Góry; - spacer po miejscowości; - kolacja; Cisza nocna.	
Dzień 1	Nocleg Hotel Koniuszy w Srebrnej Górze ul. Kolejowa 13 57-215 Srebrna Góra	22:00		
	Srebrna Góra	8:00	- śniadanie, wykwaterowanie; - pobyt w Folwarku Szyfrów, odkrywanie tajemnic Dolnego Śląska; - Escape Rooms - tematyczne pokoje zagadek: „Tajemnica Riese 1945”; „Kazamaty 1806”; „Epidemia Dżumy Zaraza 1606”.	
Dzień 2	Bardo	12:00	SPŁYW PONTONOWY Przygotowanie do spływu pontonowego: szkolenie, pobranie sprzętu wodnego i asekuracyjnego ok. godz. 12.00 rozpoczęcie spływu Przełomem Bardzkim nazywanym Cudem Sudetów. Załogi złożone z 6 uczestników oraz ratownika - instruktora. Przełom Bardzki to odcinek Nysy Kłodzkiej od ujścia Ścinawki do Barda Śl. Rzeka w tym miejscu przeciska się przez Góry Bardzkie, pięcioma meandrami, odkrywając miejscami skały na wysokość do kilkunastu metrów i tworzy dolinę o głębokości ok. 150 m. Spływ trwa ok. 2,5-3 godz. Realizowany jest przez	

	Parking przy krytej pływalni	ok. 20:00	<p>specjalistyczną firmę na atestowanym i bezpiecznym sprzęcie. Poziom wody w rzece od 0,5 do ok. 1 m. Na trasie możliwe biwakowanie i odpoczynek. Po dołynięciu do Bardo zdanie sprzętu.</p> <p>- obiad w formie grilla</p> <p>- powrót do Gostynia (parking przy krytej pływalni).</p>	
<p>Piątek</p> <p>3.08.2018</p>	<p>Kręgielnia</p> <p>Restauracja Podleśna</p>	<p>10.00</p> <p>10:15-14:00</p> <p>14:30</p> <p>15:00</p>	<p>Zbiórka przy kręgielni;</p> <p>- gra w kręgle;</p> <p>- gra na konsoli „FIFA 2018”;</p> <p>- gra terenowa w parku miejskim;</p> <p>- obiad;</p> <p>Podsumowanie dnia przy krytej pływalni.</p>	- strój sportowy, obuwie sportowe

Koszt: 450zł