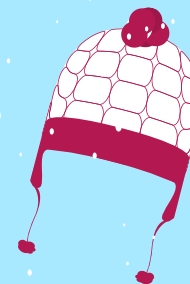




SPORTSKA ZIMA NA SOKOLU



PROGRAM

PONEDJELJAK

TEMA: Naopache naglavačke

- 7.45 - 8.00: Dolazak polaznika
- 8.00 - 9.00: Škola klizanja
- 9.00 - 9.30: Jutarnje razgibavanje
- 9.30 - 10.00: Užina
- 10.00 - 10.30: Radionica "Upoznajmo se!"
- 10.30 - 11.15: Radionica "Pravila ponašanja"
- 11.15 - 12.00: Škola gimnastike - Kako napraviti stoj?
- 12.00 - 12.45: Ručak
- 12.45 - 13.15: Radionica "Bonton u sportu / fair play"
- 13.15 - 14.00: Osnove pružanja prve pomoći
- 14.00 - 15.00: Škola gimnastike - Kako napraviti stoj?
- 15.00: Odlazak kući

UTORAK

TEMA: Prvo reci hop pa skoči!

- 7.45 - 8.00: Dolazak polaznika
- 8.00 - 9.00: Škola klizanja
- 9.00 - 9.30: Jutarnje razgibavanje
- 9.30 - 10.00: Užina
- 10.00 - 11.00: Radionica "Gdje žive eskimi?"
- 11.00 - 12.00: Škola gimnastike - Kako skakati na trampolinu?
- 12.00 - 13.00: Ručak
- 13.00 - 14.00: Radionica "Izrada hranilice za ptice"
- 14.00 - 15.00: Škola gimnastike - Kako skakati na trampolinu?
- 15.00: Odlazak kući

SRIJEDA

TEMA: Želim biti zvijezda!

- 7.45 - 8.00: Dolazak polaznika
- 8.00 - 9.00: Škola klizanja
- 9.00 - 9.30: Jutarnje razgibavanje
- 9.30 - 10.00: Užina
- 10.00 - 11.00: Radionica "Što ću biti kada odrastem?"
- 11.00 - 12.00: Škola gimnastike - Napravi zvijezdu!
- 12.00 - 12.30: Ručak
- 12.30 - 15.00: Škola plivanja (Gradski bazeni)
- 15.00: Odlazak kući

CETVRTAK

TEMA: Svijet je lopta šarena

- 7.45 - 8.00: Dolazak polaznika
- 8.00 - 9.00: Škola klizanja
- 9.00 - 9.30: Jutarnje razgibavanje
- 9.30 - 10.00: Užina
- 10.00 - 11.00: Radionica "Kako nastaje duga?"
- 11.00 - 12.00: Škola gimnastike - Kako napraviti salto naprijed?
- 12.00 - 13.00: Ručak
- 13.00 - 14.00: Radionica "I matematika može biti zabavna!"
- 14.00 - 15.00: Škola gimnastike - Kako napraviti salto naprijed?
- 15.00: Odlazak kući

PETAK

TEMA: Moj tim je najbolji!

- 7.45 - 8.00: Dolazak polaznika
- 8.00 - 9.00: Škola klizanja
- 9.00 - 9.30: Jutarnje razgibavanje
- 9.30 - 10.00: Užina
- 10.00 - 11.00: Škola gimnastike - Koji tim je najbolji?
- 11.00 - 12.00: Dodjela diploma za polaznike
- 12.00 - 13.00: Ručak
- 13.00 - 14.00: Radionica "Čime se hranimo?"
- 14.00 - 15.00: Mala škola samoobrane
- 15.00: Odlazak kući



UPUTE ZA RODITELJE

OPREMA ZA KLIZANJE: ski odijelo, kapa, šal, rukavice, rezervna odjeća, čarape

OPREMA ZA GIMNASTIKU: majica kratkih rukava, kratke hlačice / tajice, čarape

OPREMA ZA PLIVANJE: kupaći kostim, ručnik, srušilo za kosu, plivice (za neplivače)

