

## **TÝDENNÍ PROGRAM PŘÍMĚSTSKÉHO TÁBORA S PLAVÁNÍM SAREZA PRO I.TURNUS 2.8.-6.8.2021 OSTRAVA (ČAPKÁRNA)**

### **Pondělí**

8.30 hod – 11.30 hod: Navštívíme krytý bazén, seznámíme se s pravidly a bezpečností při pobytu v bazénu a u vody, a zjistíme, jak jsou na tom děti s dovednostmi a jak umí plavat.

13.30 hod – 16.30 hod: V průběhu odpoledne se budeme věnovat hrám a činnostem nezbytným pro kontakt s vodou a rovněž základům plavání.

### **Úterý**

8.30 hod – 11.30 hod: Plavání, hry ve vodě

13.30 hod – 16.30 hod: Sportovní odpoledne

### **Středa**

8.30 hod – 11.30 hod: Zdokonalování se v plavání, vodní pólo

13.30 hod – 16.30 hod: Hry ve vodě, štafetové závody.

### **Čtvrtek**

Celodenní výlet s opékáním.

### **Pátek**

8.30 hod – 11.30 hod: Plavání

13.30 hod – 16.30 hod: Sportovní odpoledne.

ZMĚNA PROGRAMU JE VYHRAZENA I S OHLEDEM NA AKTUÁLNÍ POČASÍ.

## **ČASOVÝ HARMONOGRAM DNE**

7.00 hod – 8.00 hod: Příchod dětí

8.00 hod – 8.30 hod: Svačina, seznámení s denním programem

8.30 hod – 11.30 hod: Dopolední sportovní program, plavání

11.30 hod -12.30 hod: Oběd

12.30 hod – 13.30 hod: Klidový režim

13.30 hod – 16.00 hod: Odpolední program

16.00 hod – 16.30 hod: Vyzvedávání dětí