

# HARMONOGRAM ZAJĘC NA ORLIKU PODCZA WAKACJI LIPIEC - SIERPIEŃ 2016

## LIPIEC

poniedziałek 16:00 - 21:00

wtorek 10:00-13:00 ; 16:00 - 21:00

**Środa** 10:00 - 13:00 ; 16:00 -21:00

czwartek 10:00 -13:00 ;16:00 -21:00

piątek 16:00 -22:00

sobota 16:00-21:00

### **Piątek 08.07.2016**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy(szkoła podstawowa)

Slalom z piłką między palikami, podawanie piłki z różnej odległości, strzały na bramkę itp.

Gra w palanta

18:00-21:00

Gra w siatkówkę

21:00-22:00

Gra w piłkę nożną

## **Sobota 09.08.2016**

16:00-18:00

Gra w piłkę nożną

18:00-21:00

gra w siatkówkę

## **Poniedziałek 11.07.2016**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2006 i młodsi (przedszkole)

Piłka nożna w formie gier i zabaw

18:00-21:00

Gra w siatkówkę

## **Wtorek 12.07.2016**

10.00 – 11.00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2006 i młodsi (przedszkole)

Piłka nożna w formie gier i zabaw

11.30 – 13.00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)

Konkurs rzutów karnych

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum)

Konkurs – uderz tak z rzutu różnego aby piłka wpadła do bramki

18:30-21:00

Gry i zabawy(gra w siatkówkę)

## **Środa 13.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)

Przyjęcia piłki w biegu, podania sytuacyjne, gierka 3 na 3

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2003 i młodsi

Piłka nożna w formie gier i zabaw

18:30-21:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum) i szkoła podstawowa  
**Drużynowa gra w Palanta na boisku sportowym**

Gra w siatkówkę

### **Czwartek 14.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum) i szkoła podstawowa  
**Drużynowa gra w Palanta na boisku sportowym**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
Ćwiczenia sprawnościowe, szybkościowe, gibkościowe zakończone  
Konkurem : - bieg po „kopercie”

18:30-21:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum)  
**Konkurs rzutów karnych dla gimnazjum**

Gra w siatkówkę

### **Piątek 15.07.2016**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
**Turniej Piłki Nożnej dla szkoły podstawowej**

18:30-22:00

Piłka nożna dla dorosły

Gra w siatkówkę

### **Sobota 16.07.2016**

16:00-18:00

gry i zabawy z piłką

18:00-21:00

Gra w siatkówkę

### **Poniedziałek 18.07.2016**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy (szkoła podstawowa i gimnazjum)  
Rozpoczęcie rozgrywek w tenisa ziemnego dla dzieci, system rozgrywek, zasady gry, przepisy gry

18:00-21:00

Dziewczęta i chłopcy  
Mecze tenisa ziemnego

Gra w siatkówkę

## **Wtorek 19.07.2016**

10:00-11:30

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
Chwyty i podania piłki w biegu,  
gierka 3 na 3 lub 2 na 2

12:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2006 i młodsi (przedszkole)  
Piłka koszykowa i tenis ziemny w formie gier i zabaw

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum) i szkoła podstawowa  
Rozgrywki w piłkę koszykową streetball dla dzieci i młodzieży gimnazjum

18:00-21:00

Gry i zabawy

Gra w siatkówkę

## **Środa 20.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
gry i zabawy na boisku do koszykówki dla najmłodszych

16:00-18:00

( szkoła podstawowa)  
Konkurs rzutów wolnych (piłka koszykowa)

18:30-21:00

Mecze piłki koszykowej dla gimnazjum i szkół ponad gimnazjalnych

Gra w siatkówkę

## **Czwartek 21.07.2016**

10:00-13:00

Rozgrywki - Mecze tenisa ziemnego dla dzieci

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum)  
"Gra w 21" (piłka koszykowa)

18:00-21:00

Koszykówka

## **Piątek 22.07.2016**

16:00-18:00

Zabawy z piłkami do koszykówki, zadania do wykonania

18:30-22:00

Gra w siatkówkę

### **Sobota 23.07.2016**

16:00-21:00

Gra w siatkówkę

### **Poniedziałek 25.07.2016**

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
Nauka podstawowych elementów siatkówki (przyjęcie, serwis, podbicie piłki), mecz

18:30-21:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum) Nauka podstawowych elementów siatkówki (przyjęcie, serwis, podbicie piłki), mecz

### **Wtorek 26.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)

Konkurs – jak najwięcej podbić w wyznaczonym polu

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum)  
Konkurs – serwis w wyznaczone miejsce, mecz

18:30-21:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1995 i młodsi (gimnazjum) Nauka podstawowych elementów siatkówki (przyjęcie, serwis, podbicie piłki), mecz

### **Środa 27.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2006 i młodsi (przedszkole)  
gry i zabawy z elementami siatkówki

16:00-18:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
Nauka prawidłowego wystawiania piłki i zbitcia oraz blok

18:00-21:00

Mecze w piłkę siatkową (dorośli)

### **Czwartek 28.07.2016**

10:00-13:00

Dziewczęta i chłopcy rocznik 1998 i młodsi (szkoła podstawowa)  
Konkurs – serwis w wyznaczone miejsce, mecz

16:00-21:00

Mecze w piłkę siatkową

**Urlop animatora piątek 29.07.2016 i sobota 30.07.2016 orlik zamknięty**

## **Sierpień**

**Poniedziałek 15:00-22:00**

**Wtorek 15:00-22:00**

**Środa 15:00-22:00**

**Czwartek 16:0-22:00**

**Piątek 16:00-22:00**

**Sobota 16:00-21:00**

### **Poniedziałek 01.08.2016**

15:30-18:00

Gry i zabawy z piłką

18:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Wtorek 02.08.2016**

15:30-18:00

Gry i zabawy z piłką

18:00-22:00

gra w siatkówkę

### **Środa 03.08.2016**

16:00-18:00

Skoki w dal dla gimnazjum

18:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Czwartek 04.08.2016**

16:00-18:00

Gra w kosza

18:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Piątek 05.08.2016**

16:00-18:00

Gry i zabawy(mini hokej ,mini golf ,słalom między palikami)

18:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Sobota06.08.2016**

16:00-18:00

Gra w piłkę nożną

18:00-21:00

Gra w siatkówkę

### **Poniedziałek 08.08.2016**

15:30 – 17.00  
biegi na czas na 60m

17.30 – 18.30  
Skok w dal dla szkoły podstawowej

19.00 – 22:00

Gra w siatkówkę

### **Wtorek 09.08.2016**

15.30 – 17.00  
Konkurs biegów wokół Orlika

17.30 – 18.30  
Zabawa w chowanego

19.00 – 21.00  
Zajęcia z piłki nożnej dla dzieci szkoły podstawowej i gimnazjum

21.00 - 22.00  
Mecze piłki nożnej, piłki siatkowej

### **Środa 10.08.2016**

16:00 – 17.00  
Doskonalenie biegów - tor przeszkód na Orliku

17.30 – 18.30  
Konkurs rzutu piłeczką palantową

19.00 – 20.00  
Sztafetowe biegi przełajowe - konkurs drużynowy

Gra w siatkówkę

20.00 - 22.00  
Gra w siatkówkę

### **Czwartek 11.08.2016**

16:00 – 17.00  
Konkurencje sprawnościowe - tor przeszkód

17.00 – 18.00  
Mecze piłki nożnej (podstawówka, gimnazjum)

18.00 – 22.00  
Mecze w piłkę siatkową (dorośli)

### **Piątek 12.08.2016**

16:00-18:00

Piłka nożna w formie gier i zabaw

18:00-22:00

Gra w siatkówkę(dorośli)

### **Sobota 13.08.2016**

**14:00-19:00**

**Wycieczka rowerowa dla dzieci(+10 lat) na Łysicę +ognisko  
(dzieci niepełnoletnie zgoda od rodziców, zbiórka na Orliku)**

### **Poniedziałek 15.08.2016**

15:30-18:00

Gra w tenisa

18:00-20:00

Gra w piłę nożną

20:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Wtorek 16.08.2016**

15:30-17:00

Ćwiczenia oswajające z piłką

17:00-19:00

Chwyty i podawania wraz z rzutem

19:00-22:00

Gra w kosza i siatkówkę

### **Środa 17.08.2016**

16:00-18:00

Gry i zabawy z piłką

18:00-22:00

Gra w kosza i siatkówka

### **Czwartek 18.08.2016**

16:00-18:00

Konkursy rzutowe

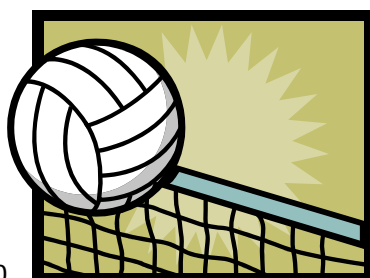
18:30-22:00

Rzuty do kosza

Gra w siatkówkę

### **Piątek 19.08.2016**

18.00 - 22.00



**Turniej piłki siatkowej dla dorosłych i młodzieży (+15 lat) o  
Puchar Przechodni Wójta Gminy Ciepłowody (zapisy drużyn na  
TURNIEJ u Animatora)**

## **Sobota 20.08.2016**

16:00-18:00

Gry i zabawy z piłką dla dzieci

18:00-21:00

Gra w siatkówkę

## **Poniedziałek 22.08.2016**

15:30 – 17.00

Zabawy wprowadzające do piłki ręcznej

17.30 – 18.30

Zabawy bieżne z piłką i bez piłki

19.00 – 21.00

Gra w siatkówkę

21.00 - 22.00

Mecze piłki siatkowej

## **Wtorek 23.08.2016**

15.30 – 17.00

Zabawy rzutowe

17.30 – 18.30

Zabawa z piłką

19.00 – 21.00

Gry wprowadzające do piłki siatkowej

21.00 - 22.00

Mecze piłki nożnej, piłki siatkowej

## **Środa 24.08.2016**

15.30 – 17.00

Gry i zabawy z piłką

17.30 – 18.30

Konkurs rzutu piłką do kosza

19.00 – 20.00

Mecz w piłkę

20.00 - 22.00

Mecz dla dorosłych w piłkę siatkową

## **Czwartek 25.08.2016**

16:00 – 17.00

Konkurencje sprawnościowe

17.00 – 18.00

Mecze piłki ręcznej (podstawówka, gimnazjum)

18.00 – 22.00

Mecze (dorośli)

### **Piątek 26.08.2016**

16:00-18:00

Piłka ręczna formie gier i zabaw

18:00-22:00

Gra w siatkówkę

### **Sobota 27.08.2016**

16:00-18:00

Gry z lekkoatletyki

18:00-21

Gry w siatkówkę

### **Poniedziałek 29.08.2016**

15:30 – 17:00

Podania w kole

17.30 – 18.30

Slalom między palikami z szarfą

19.00 – 21.00

Gonitwa szarf dla dzieci

Gra w siatkówkę

21.00 - 22.00

Rzuty do kosza

### **Wtorek 30.08.2016**

15.30 – 17.00

Zabawy rzutowe

17.30 – 18.30

Zabawa z piłką

19.00 – 21.00

Celny rzut

21.00 - 22.00

Mecz w piłkę nożną i siatkową

## **Środa 31.08.2016**

15.30 – 17.00

Gry i zabawy z piłką

17.30 – 18.30

Podanie w kole

19.00 – 20.00

Gry i zabawy

20.00 - 22.00

Mecz dla dorosłych w piłkę nożną lub siatkową

(Jeśli nastąpią zmiany w harmonogramie godzin pracy Orlika- informacje będą widniały na Orliku)

Grupy zorganizowane proszę o wcześniejszą rezerwację telefoniczną w celu ustalenia godzin i dostępności boiska.tel.501059845