

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

I TYDZIEŃ: 28.06.2021 r. – 02.07.2021 r.

**28.06.2021 r.
PONIEDZIAŁEK**

- Przyjmowanie dzieci
- Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem
- Przerwa na posiłek
- Moje logo – tworzenie wizytówek
- Skocznie i wesoło: zabawy integracyjne
- Przerwa na posiłek
- Ciekawostki przyrodnicze z Parków Narodowych – prezentacja multimedialna
- Plastelinowy las - zajęcia plastyczne
- Obiad
- Zajęcia relaksacyjno – odprężające (zabawy w fantazję, podróż do krainy: Gdyby...)
- Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu
- Odbieranie dzieci przez rodziców

**29.06.2021 r.
WTOREK**

- Przyjmowanie dzieci
- Przerwa na posiłek
- Gimnastyka na wesoło – ręka, głowa, noga
- Gry rysunkowe, rozsypanki, wykreślanki, rebusy
- Przerwa na posiłek
- Wyjazd do Papugarni
- Obiad
- Relaks przy muzyce – zabawy rytmiczne
- Kalambury zoologiczne - gra towarzyska
- Odbieranie dzieci przez rodziców

**30.06.2021 r.
ŚRODA**

- Przyjmowanie dzieci
- Przerwa na posiłek
- Letnia lista przebojów - karaoke
- Warsztaty artystyczne: Ameryka zacna wielce – niejednemu skradnie serce
- Przerwa na posiłek
- Baloniku mój malutki... – zabawy i konkurencje grupowe
- Zagaduj zgadula przyrodnicza
- Obiad
- Zajęcia relaksacyjno-odprężające (świeca, kołysanie)
- Plener malarski – najbliższa okolica
- Odbieranie dzieci przez rodziców

**01.07.2021 r.
CZWARTEK**

- Przyjmowanie dzieci
- Przerwa na posiłek
- Zabawy na dobry początek dnia: Poszukiwacze skarbów
- Olimpiada na wesoło – wyścigi rzędów, zawody w kręceniu hula-hop i skoków na skakance
- Przerwa na posiłek
- Jupiter – seans w planetarium
- Kosmiczny quiz
- Obiad
- Zajęcia relaksujące (marionetka, poczuć energię)
- Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu
- Odbieranie dzieci przez rodziców

**02.07.2021 r.
PIĄTEK**

- Przyjmowanie dzieci
- Przerwa na posiłek
- Zabawy na dobry początek dnia – mini aerobik
- Spacerkiem po okolicy, stworzenie mapy osiedla, wyjście na lody
- Przerwa na posiłek
- Drzewko szczęścia – zabawy plastyczne
- Zabawy koncentrujące: ciepło-zimno, ambasador, dyrygent
- Obiad
- Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków
- Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu
- Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

II TYDZIEŃ: 05.07.2021 r. – 09.07.2021 r.	
05.07.2021 r. PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Gry zespołowe: kataklizm, banan Chickita ➤ Przerwa na posiłek ➤ Rzeszów dawniej i dziś: prezentacja multimedialna ➤ Ja w moim mieście – zajęcia plastyczne ➤ Obiad ➤ Turniej tenisa stołowego ➤ Piłka parzy - zabawy na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
06.07.2021 r. WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia – skaczące żabki, wesole zajaczki ➤ Pocztówka z wakacji – warsztaty kreatywne ➤ Przerwa na posiłek ➤ Warsztaty cyrkowe ➤ Obiad ➤ Do wody - na brzeg, czerwony, zielony niebieski, lampa-nos – zabawy na orientację ➤ Kredą po asfalcie – zajęcia plastyczne ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
07.07.2021 r. ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Piosenka jest dobra na wszystko - letnie karaoke ➤ Kodowanie na dywanie – warsztaty ➤ Przerwa na posiłek ➤ Świat owadów – zajęcia plastyczne ➤ Krzyżówki na ból główki – ćwiczenia logicznego myślenia ➤ Obiad ➤ Tak bawiła się moja mama – festiwal gier podwórkowych ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
08.07.2021 r. CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Mini Music Show – dziecięcy pokaz talentów ➤ Niezwykłe polskie góry - quiz ➤ Przerwa na posiłek ➤ Wyjście na ściankę wspinaczkową i lody ➤ Obiad ➤ Relaks przy muzyce ➤ Gry i zabawy na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
09.07.2021 r. PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Czy znasz ten rytm? – mini warsztaty perkusyjne ➤ Wizyta w indiańskiej wiosce – warsztaty twórczości kreatywnej ➤ Przerwa na posiłek ➤ Co w trawie piszczy? – warsztaty przyrodnicze w plenerze ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Z piłką, szarfą i skakanką - konkursy sprawnościowe na boisku ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

III TYDZIEŃ: 12.07.2021 r. – 16.07.2021 r.	
12.07.2021 r. PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Skocznie i wesoło: zabawy przy muzyce ➤ Przerwa na posiłek ➤ Wielcy odkrywcy (Magellan, Kolumb, Vespucci...) – pogadanka, prezentacja zdjęć ➤ Dalej, szybciej, wyżej – kolonijna olimpiada ➤ Obiad ➤ Potęga wiatru – warsztaty przyrodnicze ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
13.07.2021 r. WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Dobry początek dnia – zabawa w chowanego w plenerze ➤ Smoki z papieru - recyklingowe niesamowitości ➤ Przerwa na posiłek ➤ Wyjście do Kręgielni ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Kredą po asfalcie – zajęcia plastyczne ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
14.07.2021 r. ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Śpiewać każdy może - wakacyjne karaoke ➤ Polskie tańce narodowe – warsztaty artystyczne ➤ Przerwa na posiłek ➤ Literkowe zoo, magiczne sylaby, matematyka dla smyka – układanki edukacyjne ➤ W kosmosie: rakiety, planety, stwory, potwory, ufoludy... z plasteliny ➤ Obiad ➤ Kim jestem? Ja i emocje – zajęcia integrujące ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
15.07.2021 r. CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Festiwal wylicznerek: ene, due, rabe... ➤ W świecie dinozaurów – warsztaty przyrodnicze ➤ Przerwa na posiłek ➤ Tajemnicze wykopaliska - zabawa terenowa ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Gry i zabawy dowolne na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
16.07.2021 r. PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Wyginam śmiało ciało – mini aerobik ➤ Rozgrywki sportowe na boisku: unihokej, badminton, dwa ognie ➤ Przerwa na posiłek ➤ Na leżaku i kocyku – warsztaty obserwacyjno-poznawcze w plenerze ➤ Zaklinacz deszczu – zajęcia manualne ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Wędrówki po okolicy, lody ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

IV TYDZIEŃ: 19.07.2021 r. – 23.07.2021 r.	
19.07.2021 r. PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Turniej piłkarzyków ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zagadkowe odkrycia naukowe - prezentacja multimedialna ➤ To właśnie baśnie - teatralne warsztaty bajkowe ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno – odprężające (rzeźby, cisza jest krucha) ➤ Gry i zabawy na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
20.07.2021 r. WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia – szybkie wrzuty do kosza ➤ Warsztaty fotograficzne ➤ Przerwa na posiłek ➤ Spacerkiem po - ćwiczenia rytmiczne na tle piosenek dla dzieci ➤ Zabawy zręcznościowe: z ping-pongiem, rzuty do celu, kręgle, ringo ➤ Obiad ➤ Bo najweselej jest w grupie: głuchy telefon, mafia, kataklizm ➤ Sztuka ziemi – kompozycje z roślin, patyków i kamieni ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
21.07.2021 r. ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Gimnastyka buzi i języka ➤ Drużyna kangurka – audycja muzyczna ➤ Przerwa na posiłek ➤ Szalona kalamburka – zabawy w odgrywanie ról ➤ Kolorowanki anty-stresowanki ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno-odprężające (mechaniczne figurki, krążący śmiech) ➤ Konkursy sprawnościowe: rozpędzone skakanki ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
22.07.2021 r. CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zajęcia wokalne: Hity z płyty ➤ Oceanarium - prezentacja ➤ Przerwa na posiłek ➤ Przestrzeń i ja - warsztaty plastyczno-ruchowe ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Gry i zabawy na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
23.07.2021 r. PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Wyjście do Muzeum Okręgowego w Rzeszowie ➤ Przerwa na posiłek ➤ Eco zagadki - spacer po okolicy wraz z rozwiązywaniem quizów przyrodniczych Lody ➤ Tworzymy super bohatera – zajęcia plastyczne ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Gry i zabawy sportowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

V TYDZIEŃ: 26.07.2021 r. – 30.07.2021 r.	
<p>26.07.2021 r. PONIEDZIAŁEK</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Skocznie i wesoło: zabawy przy muzyce ➤ Przerwa na posiłek ➤ Piękno Podkarpacia - prezentacja zdjęć ➤ Recklingowy labirynt – zajęcia kreatywne ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno – odprężające (magiczny bębenek, myszy i koty) ➤ Gry i zabawy na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
<p>27.07.2021 r. WTOREK</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia – gimnastyka na wesoło ➤ Warsztaty kryminalistyki ➤ Przerwa na posiłek ➤ Rozgrywki unihokeja, badmintonu ➤ Wylizanki, rymowanki – śmieszne wierszyki i anegdoty ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Plener malarski – zieleń wokół nas ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
<p>28.07.2021 r. ŚRODA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Stare i nowe zabawy podwórkowe (gąski do domu, wiewiórki do dziupli, Baba Jaga parzy, podchody) ➤ Nasi drodzy przyjaciele: w Europie jest tańców wiele – audycja muzyczno-ruchowa ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zdrowie na talerzu: owocki i warzywka z plasteliny ➤ Loteryjka ortograficzna ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno-odprężające (pantomima) ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
<p>29.07.2021 r. CZWARTEK</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia: letnia lista przebojów – nauka piosenek ➤ Łatwe gry na deszczowe dni: statki, państwa-miasta, kamień –papier, pantomino, memory ➤ Wyjście do Muzeum Techniki i Militariów ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Wyjście na plac zabaw ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
<p>30.07.2021 r. PIĄTEK</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zagadki 5 zmysłów – warsztaty ➤ Wyjście na plac zabaw i lody ➤ Przerwa na posiłek ➤ Galeria portretów – warsztaty plastyczne ➤ Zabawy koncentrujące: łamigłówki, krzyżówki, rebusy, wykreślanki ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Wakacyjne kalambury, czyli turniej wyobraźni ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

VI TYDZIEŃ: 02.08.2021 r. – 06.08.2021 r.	
02.08.2021 r. PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Zabawy integracyjne: wędrująca maskotka, skaczący naleśnik ➤ Hop – bęc: zabawy z piłką ➤ Przerwa na posiłek ➤ Szlakiem orlich gniazd – prezentacja zamków polskich ➤ Budowanie makiety własnego zamku – zajęcia manualne ➤ Obiad ➤ Sensoplastyka, czyli ścieżki motoryczne... - warsztaty ➤ Turniej badmintonu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
03.08.2021 r. WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Dlaczego niedźwiedzie lubią miód? - kraina zagadek ➤ Arytmetyka mentalna – warsztaty edukacyjne ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zakątek małego ogrodnika – zajęcia ekologiczne ➤ Zabawy podwórkowe ze skakanką i kredą (pan Sobieski, szczurek, alfabet, maturka, klasy) ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno – odprężające (pomniki, wichura) ➤ Kartka z pamiętnika – zajęcia plastyczne ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
04.08.2021 r. ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Śpiewać każdy może - wakacyjne karaoke ➤ W ciepłej Azji i Afryce każdy zna się na muzyce- warsztaty artystyczno-ruchowe ➤ Przerwa na posiłek ➤ Drgawki kawkii wśród trawki – sprawką czkawkii te drgawki: ćwiczenia recytatorsko – dykcyjne ➤ Quiz: morska flora i fauna ➤ Obiad ➤ Podwodny świat z plasteliny – zajęcia plastyczne ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
05.08.2021 r. CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia: pajacyki i klauni - wycinanki, wyklejanki ➤ Wyjście do kina i na lody U Myszki ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Zabawy z chustą Klanza ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
06.08.2021 r. PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia – mini aerobik ➤ Gramy w reklamy – zabawa kreatywna ➤ Przerwa na posiłek ➤ Urodziny Shreka – kolaż plastyczny ➤ Podchody – zdobywamy sprawności harcerskie ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców

RZESZOWSKI DOM KULTURY FILIA ZAŁĘŻE – PROGRAM LETNICH PÓLKOLONII 2021

VII TYDZIEŃ: 09.08.2021 r. – 13.08.2021 r.	
09.08.2021 r. PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Zapoznanie z topografią budynku oraz zasadami bezpieczeństwa i właściwego zachowania się podczas wyjść grupowych i przejazdów autobusem ➤ Przerwa na posiłek ➤ Moje logo – tworzenie wizytówek ➤ Skocznie i wesoło: zabawy przy muzyce ➤ Przerwa na posiłek ➤ Warsztaty przyrodnicze: mapa geograficzna ➤ Obiad ➤ Tajemniczy świat ptaków – prezentacja multimedialna ➤ Ptasi zakątek – happening plastyczny ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
10.08.2021 r. WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Ram, pam, pam – na instrumentach perkusyjnych gram (wprawki instrumentalne) ➤ Wyjście do Centrum Zabaw Lody ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksujące przy muzyce ➤ Plener malarski – ogrody kwiatowe ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
11.08.2021 r. ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zawody i ich atrybuty – prace z plasteliny ➤ Amerykę odwiedzimy - różne tańce zatańczymy - warsztaty ➤ Przerwa na posiłek ➤ Inscenizacje znanych przysłów i powiedzeń – etiudy teatralne ➤ Zagaduj zgadula witaminowa ➤ Obiad ➤ Zajęcia relaksacyjno-odprężające (z zwierciadło, kamienie w rzece) ➤ Konkursy sprawnościowe ze skakanką i hula-hop ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
12.08.2021 r. CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia: naśladowanie instrumentów, wspólne śpiewanie piosenek ➤ Łamańce językowe – ćwiczenia wymowy i dykcji ➤ Przerwa na posiłek ➤ Warsztaty robotyki ➤ Turniej tenisa stołowego ➤ Obiad ➤ Ciało, impuls, energia - zajęcia relaksujące ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców
13.08.2021 r. PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Przyjmowanie dzieci ➤ Przerwa na posiłek ➤ Zabawy na dobry początek dnia – mini aerobik ➤ To właśnie baśnie – magiczne postaci, przedmioty, zaklęcia ➤ Przerwa na posiłek ➤ Co zapamiętałem? – prace plastyczne nt. wypraw wakacyjnych ➤ Zabawy koncentrujące: dłoń, łańcuch słów, śmieszne kroki, historyjka ➤ Obiad ➤ Podsumowanie tygodnia i rozdanie upominków ➤ Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu ➤ Odbieranie dzieci przez rodziców