

**Harmonogram zajęć w ramach programu "Szcypiornista Szkoła"**  
GRUDZIEŃ

<b>Miejsce:</b>	Szkoła Podstawowa nr 24 w Krakowie
<b>Trener:</b>	Izabella Kunc

**TYDZIEŃ I**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	SRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
				1-12-2016	2-12-2016	3-12-2016	4-12-2016
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ II**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	SRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	5-12-2016	6-12-2016	7-12-2016	8-12-2016	9-12-2016	10-12-2016	11-12-2016
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30		Zabawy ozywajace z piłką,tory przeszkód z kozłowaniem i rzutami do celu, Gra w „Kwadranta”,kl.1-3	Ćwiczenia indywidualne rozwijajace koordynację wzrokowo-ruchową i zwinność,Obrońca „každy swego” kl.4-6				
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ III**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	12-12-2016	13-12-2016	14-12-2016	15-12-2016	16-12-2016	17-12-2016	18-12-2016
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Zabawy bieżne bez piłki i z piłką, doskonalenie podań i chwytów w grach i zabawach, Gra „5 podań z przyłożeniem” kl.1-3	Zabawy z piłką ręczną, Doskonalenie rzutu z przeskoku „Gra szkolna w piłkę ręczną, kl.4-6				
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ IV**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	19-12-2016	20-12-2016	21-12-2016	22-12-2016	23-12-2016	24-12-2016	25-12-2016
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Drużynowe wyścigi rzędów oraz turniej gry „Dwa ognie”, kl.1-3	Świąteczny Turniej Piłki Ręcznej kl. 4-6				
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ V**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	26-12-2016	27-12-2016	28-12-2016	29-12-2016	30-12-2016	31-12-2016	
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ VI**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							