Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

SIERPIEŃ

Miejsce:	
Animator:	PIOTR KRÓL
Animator:	MICHAŁ PABIAN

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
		2017-08-01	**2017-08-02**	**2017-08-03**	**2017-08-04**	**2017-08-05**	**2017-08-06**
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30		gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:00							
16:30				piłka nożna- Doskonalenie prowadzenia piłki w parach i trójkach zakończone strzałem na	piłka nożna- Rozgrywanie stałych fragmentów gry: rzuty wolne, rzuty rożne-młodzież		
17:00							
17:30		siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**				
18:00							
18:30				siatkówka- doskonalenie zagrywki- młodzież	koszykówka- prowadzenie piłki - dzieci, młodzież		
19:00							
19:30		**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**	**piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli**				
20:00				piłka nożna- Nauka i doskonalenie umiejętności taktycznych- młodzież/ dorośli	rugby podstawy gry, ćwiczenia - młodzież		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-07	**2017-08-08**	**2017-08-09**	**2017-08-10**	**2017-08-11**	**2017-08-12**	**2017-08-13**
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30	**piłka nozna gra kontrolna - dzieci**	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:00							
16:30				piłka nożna - prowadzenie piłki - dzieci	koszykówka- rzuty z miejsca - młodzież		
17:00							
17:30	**siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież**	**piłka nozna podania i strzały - dzieci**	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież				
18:00							
18:30				siatkówka- odbicia sposobem górnym i dolnym- młodzież	koszykówka- rzuty z miejsca - młodzież		
19:00							
19:30	**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**	**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**				
20:00				piłka nożna- prowadzenie piłki - młodzież/ dorośli	piłka nożna- doskonalenie podań- młodzież/ dorosli		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-14	**2017-08-15**	**2017-08-16**	**2017-08-17**	**2017-08-18**	**2017-08-19**	**2017-08-20**
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30	**piłka nozna gra kontrolna - dzieci**		**piłka nozna gra kontrolna - dzieci**				
16:00							
16:30				piłka nożna- przyjecie piłki- młodzież/ dorosli	piłka nożna- nauka strzału na bramke po prowadzeniu piłki.		
17:00							
17:30	**siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież**	**święto**	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**				
18:00				siatkówka- doskonalenie zagrywki- młodzież	koszykówka- prowadzenie piłki - dzieci, młodzież		
18:30							
19:00							
19:30	**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**	**święto**	**piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli**				
20:00				piłka nożna- atak pozycyjny - młodzież/ dorośli	rugby podstawy gry, ćwiczenia - młodzież		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-21	**2017-08-22**	**2017-08-23**	**2017-08-24**	**2017-08-25**	**2017-08-26**	**2017-08-27**
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30	**piłka nozna gra kontrolna - dzieci**						
16:00							
16:30				piłka nożna- atak szybki- doskonalenie - dzieci	piłka nożna - drybling-dzieci		
17:00							
17:30	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**	**piłka nozna podania i strzały - dzieci**	**siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież**				
18:00				koszykówka- nauka dwutaktu- młodzież	siatkówka- ustawienie podczas zagrywki własnej- młodzież		
18:30							
19:00							
19:30	**piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli**	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**	**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**				
20:00				piłka nożna- atak pozycyjny - młodzież/ dorośli	piłka nożna- gra w obronie- młodzież/ dorosli		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-28	**2017-08-29**	**2017-08-30**	**2017-08-31**			
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				piłka nożna - prowadzenie piłki - dzieci			
17:00							
17:30	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**	**piłka nozna podania i strzały - dzieci**	**siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież**				
18:00							
18:30				siatkówka- odbicia sposobem górnym i dolnym- młodzież			
19:00							
19:30	**piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli**	**koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci**	**piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli**				
20:00				piłka nożna- prowadzenie piłki - młodzież/ dorośli			
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

Kierunek Sport