



HARMONOGRAM

planowanych godzin pracy animatora na boisku "Orlik 2012" we Wrześnicy
w ramach programu Lokalny Animator Sportu 2018

na miesiąc lipiec 2018 roku

Data	Dzień tygodnia	Godziny zajęć		Liczba godzin	Tematyka zajęć	Animator
		od	do			
1 lipiec	niedziela	15:00	20:00	05:00	Gry i zabawy z elementami piłki ręcznej.	GK
2 lipiec	poniedziałek	09:00	15:00	06:00	Piłka nożna- małe gry. Tenis ziemny i stołowy - rozgrywki.	GK
3 lipiec	wtorek	15:00	20:00	05:00	Siatkówka - Małe gry, turbokozak.	GK
4 lipiec	środa	15:00	20:00	05:00	Koszykówka. Małe gry.	GK
5 lipiec	czwartek	09:00	15:00	06:00	Tenis ziemny i stołowy gry pojedyncze i podwójne.	GK
6 lipiec	piątek	15:00	20:00	05:00	Speedball - gra solo. Palant rzucony - rozgrywki.	GK
7 lipiec	sobota	15:00	20:00	05:00	Testy sprawności fizycznej.Koszykówka, siatkówka - turbokozak.	GK
8 lipiec	niedziela					
9 lipiec	poniedziałek	09:00	15:00	06:00	Piłka nożna-Dziadek, Turbokozak.	GK
10 lipiec	wtorek	15:00	20:00	05:00	Piłka nożna. Slalomy, zwody, dośrodkowania zakończone strzałem na bramkę.	GK
11 lipiec	środa	15:00	20:00	05:00	Piłka ręczna - gra do 10 podań. Tenis stołowy - rozgrywki.	GK
12 lipiec	czwartek	09:00	15:00	06:00	Tenis u 10 - rzucanki i inne zabawy. Siatkonoga.	GK
13 lipiec	piątek	15:00	20:00	05:00	Siatkówka- Doskonalenie zagrywki i przyjęcia piłki.	GK
14 lipiec	sobota	15:00	20:00	05:00	Koszykówka. Gra 3x3.Tenis ziemny - gra pojedyncza.	GK
15 lipiec	niedziela					
16 lipiec	poniedziałek	09:00	16:00	07:00	Kozłowanie piłki w slalomie zakończone rzutem z biegu.	SB
17 lipiec	wtorek					
18 lipiec	środa	14:00	21:00	07:00	Tenis ziemny - gra singlowa.	SB
19 lipiec	czwartek					
20 lipiec	piątek	14:00	21:00	07:00	Piłka nożna - podania piłki w trójkach ze zmianą m-c za piłką.	SB
21 lipiec	sobota					
22 lipiec	niedziela	14:00	20:00	06:00	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki koszykowej.	SB
23 lipiec	poniedziałek	09:00	16:00	07:00	Tenis stołowy - gra singlowa.	SB
24 lipiec	wtorek					
25 lipiec	środa	14:00	21:00	07:00	Piłka siatkowa - gra siatkarskich trójek.	SB
26 lipiec	czwartek					
27 lipiec	piątek	14:00	21:00	07:00	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	SB
28 lipiec	sobota	09:00	16:00	07:00	Piłka nożna - podania piłki w przewodzie liczebnej 3 x 1; 4x2 (gra w "Dziadka" ...itp).	SB
29 lipiec	niedziela					
30 lipiec	poniedziałek	09:00	16:00	07:00	Piłka koszykowa - "Triobasket".	SB
31 lipiec	wtorek	14:00	21:00	07:00	Gry i zabawy wg inwencji ćwiczących.	SB
RAZEM				138:00:00		