

PLAN PRACY AKCJI "ZIMA W MIEŚCIE" 2017

organizowanej przez filię

Młodzieżowego Domu Kultury "Dom Harcerza"

Ośrodek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „Tabun”

Zajęcia w okresie ferii zimowych w ORiRK "Tabun" przeznaczone są dla dzieci i młodzieży pozostających w okresie ferii zimowych w Krakowie. Uczestnikami są przede wszystkim stali uczestnicy zajęć oraz w miarę wolnych miejsc osoby początkujące zainteresowane nauką jazdy konnej.

W akcji podzielonej na dwa tygodniowe turnusy weźmie udział około 30 osób tygodniowo, podzielonych wg stopnia zaawansowania na trzy grupy jeździeckie. .

Program dzienny obejmuje nie tylko jazdę konną, ale również prace stajenne, pielęgnację konia, czyszczenie sprzętu, obserwację i pomoc przy zabiegach weterynaryjnych, zajęcia teoretyczne z hippologii i jazdy konnej (np. nagrywanie zajęć jeździeckich na kamerę video i omawianie przez instruktora techniki jazdy), zajęcia świetlicowe (konkursy plastyczne, zabawy, gry, quizy), wycieczki (np. do obserwatorium, do zoo) oraz spotkania (np. z policją).

Młodzież będzie miała również możliwość zjedzenia drugiego śniadania i obiadu.

Zajęcia jeździeckie odbywają się w godzinach przedpołudniowych, natomiast po obiedzie przewiduje się zajęcia wspólne dla wszystkich grup np. wyjścia na lodowisko, wycieczki do Zoo lub gry terenowe.

Zajęcia zarówno jeździeckie jak i programowe prowadzone będą przez instruktorów jazdy konnej z ORiRK "Tabun": Marię Bobrowską, Barbarę Pieróg, Macieja Mierzwę, Nataszę Odziemczyk, Katarzynę Zawadzińską wspomaganych przez instruktorów hipoterapii: Joannę Kozik i Annę Kucię.

Zajęcia programowe trwają od godziny 9 00 - 16 00, natomiast nauczyciele będą dyżurować od godz. 8 00 – 17 00.

Ramowy rozkład zajęć:

9 00 do 9 30 - zbiórka uczestników w ORiRK "Tabun".

9 30 do 13 30 – zajęcia jeździeckie (3 grupy) / zajęcia świetlicowe

13.00 do 14.00 – Obiad / karmienie koni

14 00 do 16 00 – Zajęcia wspólne dla wszystkich grup

W programie zajęć popołudniowych i świetlicowych przewidujemy (w zależności od pogody):

- gra terenowa po drodze na kopiec Piłsudskiego
- pogadanki na temat hodowli, żywienia, chorób koni
- wyjście na lodowisko
- pogadanka z policją
- pony games
- konkurs prac plastycznych (robienie biżuterii, decoupage, etc)
- gra terenowa
- quiz hippologiczny
- ognisko z pieczeniem kiełbasek i śpiewanie przy gitarze
- zawody sportowe
- zawody jeździeckie
- przejażdżki wozem lub saniami,

PLAN ZAJĘĆ "ZIMA W MIEŚCIE 2017" dla grupy nr. 1

poniedziałek 30.01.2017 06.02.2017	9.00 – 10.00	Zbiórka, przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	10.00 – 11.00	Jazda konna – ujeżdżalnia lub teren
	11.00 - 11 30	Oporządzenie koni po jeździe
	11 30 – 12 00	Drugie śniadanie /wykład hippologiczny
	12.00 - 13 30	Zajęcia świetlicowe – prace plastyczne
	13 30 – 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 – 16 00	Zawody sportowe
wtorek 31.01.2017 07.02.2017	9.00 – 10.00	Zbiórka, przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	10.00 – 11.00	Jazda konna – ujeżdżalnia lub teren
	11.00 - 11 30	Oporządzenie koni po jeździe
	11 30 – 12 00	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	12.00 - 13 30	Zajęcia świetlicowe – prace plastyczne
	13 30 – 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 – 16 00	Pogadanka z Policją, pony games
środa 01.02.2017 08.02.2017	9.00 – 10 00	Zbiórka, przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	10.00 – 11 00	Jazda konna – ujeżdżalnia lub teren
	11.00 - 11 30	Oporządzenie koni po jeździe
	11 30 – 12 00	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	12.00 - 13 30	Zajęcia świetlicowe – prace plastyczne
	13 30 – 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 – 16 00	Wyjście na lodowisko
czwartek 02.02.2017 09.02.2017	9.00 – 10.00	Zbiórka, przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	10.00 – 11.00	Jazda konna – ujeżdżalnia lub teren
	11.00 - 11 30	Oporządzenie koni po jeździe
	11 30 – 12 00	Drugie śniadanie/ wykład hippologiczny
	12.00 - 13 30	Zajęcia świetlicowe – prace plastyczne
	13 30 – 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 – 16 00	Gra terenowa - wycieczka na kopiec Piłsudskiego
piątek 03.02.2017 10.02.2017	9.00 – 10.00	Zbiórka, przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	10.00 – 11.00	Jazda konna /zawody jeździeckie
	11.00 - 11 30	Oporządzenie koni po jeździe
	11 30 – 12 00	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	12.00 - 12 30	Przejażdżki wozem lub saniami
	12 30 – 13 30	Zajęcia świetlicowe – konkurs prac
	13 30 – 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 – 16 00	Ognisko, pieczenie kielbasy, śpiewanie przy gitarze, konkurs hippologiczny .

PLAN ZAJĘĆ "ZIMA W MIEŚCIE 2017" dla grupy nr. 2

poniedziałek 30.01.2017 06.02.2017	9 00 - 10 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	10 00 - 10 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	10 30 - 11 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie,
	11.00 - 12 00	Nauka i doskonalenie jazdy konnej w terenie i na ujeżdżalni
	12.00 - 12 30	Oporządzenie koni po jeździe
	12 30 - 13 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	13 00 - 13 30	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	13 30 - 14 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	14 00 - 16 00	Zawody sportowe
wtorek 31.01.2017 07.02.2017	9 00 - 10 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	10 00 - 10 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	10 30 - 11 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie,
	11.00 - 12 00	Nauka i doskonalenie jazdy konnej w terenie i na ujeżdżalni
	12.00 - 12 30	Oporządzenie koni po jeździe
	12 30 - 13 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	13 00 - 13 30	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	13 30 - 14 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	14 00 - 16 00	Pogadanka z policją, pony games
środa 01.02.2017 08.02.2017	9 00 - 10 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	10 00 - 10 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	10 30 - 11 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie,
	11 00 - 12 00	Nauka i doskonalenie jazdy konnej w terenie i na ujeżdżalni
	12 00 - 12 30	Oporządzenie koni po jeździe
	12 30 - 13 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	13 00 - 13 30	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	13 30 - 14 00	Zajęcia świetlicowe
	14 00 - 16 00	Wyjście na lodowisko
czwartek 02.02.2017 09.02.2017	9 00 - 10 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	10 00 - 10 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	10.30 - 11.00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie,
	11.00 - 12 00	Nauka i doskonalenie jazdy konnej w terenie i na ujeżdżalni
	12.00 - 12 30	Oporządzenie koni po jeździe
	12 30 - 13 00	Zajęcia świetlicowe c.d.
	13 00 - 13 30	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	13 30 - 14 00	Zajęcia świetlicowe
	14 00 - 16 00	Gra terenowa – wycieczka na kopiec Piłsudskiego
piątek 03.02.2017 10.02.2017	9.00 - 10.00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	10 00- 10 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	10.30 - 11 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie,
	11.00 - 12 00	Nauka i doskonalenie jazdy konnej w terenie i na ujeżdżalni
	12.00 - 12 30	Oporządzenie koni po jeździe
	12 30 - 13 00	Przejażdżki wozem lub saniami
	13 00 - 13 30	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	13 30 - 16 00	Ognisko, pieczenie kiełbasy , śpiewanie przy gitarze, konkurs hippologiczny .

PLAN ZAJĘĆ "ZIMA W MIEŚCIE 2017" dla grupy nr. 3

poniedziałek 30.01.2017 06.02.2017	9 00 - 11 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe – integracyjne i plastyczne
	11 00 - 11 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	11 30 - 12 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	12 00 - 13 00	Jazda konna na ujeżdżalni lub w terenie
	13 00 - 13 30	Oporządzenie koni po jeździe
	13 30 - 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 - 16 00	Zawody sportowe
wtorek 31.01.2017 07.02.2017	9 00 - 11 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe – integracyjne i plastyczne
	11 00 - 11 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	11 30 - 12 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	12.00 - 13 00	Jazda konna na ujeżdżalni - filmowanie zajęć
	13 00 - 13 30	Oporządzenie koni po jeździe
	13 30 - 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 - 16 00	Pogadanka z policją, pony games
środa 01.02.2017 08.02.2017	9 00 - 11 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	11 00 - 11 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	11 30 - 12 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	12.00 - 13 00	Jazda konna na ujeżdżalni - filmowanie zajęć
	13 00 - 13 30	Oporządzenie koni po jeździe
	13 30 - 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 - 16 00	Wyjście na lodowisko
czwartek 02.02.2017 09.02.2017	9 00 - 11 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	11 00 - 11 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	11 30 - 12 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	12 00 - 13 00	Jazda konna na ujeżdżalni lub w terenie
	13 00 - 13 30	Oporządzenie koni po jeździe
	13 30 - 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 - 16 00	Gra terenowa – wycieczka na kopiec Piłsudskiego
piątek 03.02.2017 10.02.2017	9 00 - 11 00	Zbiórka, zajęcia świetlicowe, integracyjne i plastyczne
	11 00 - 11 30	Drugie śniadanie / wykład hippologiczny
	11 30 - 12 00	Przydział koni, czyszczenie, siodłanie
	12.00 - 13 00	Jazda konna na ujeżdżalni lub w terenie
	13 00 - 13 30	Oporządzenie koni po jeździe
	13 30 - 14 00	Wyjście na ciepły posiłek do Fortu
	14 00 - 16 00	Ognisko, pieczenie kiełbasy, śpiewanie przy gitarze, konkurs hippologiczny. Przejazdówki wozem lub saniami.