



## PROGRAM

### POBYTU WAKACYJNEGO O CHARAKTERZE EDUKACYJNO – WYPOCZYNKOWYM DLA DZIECI Z RODZIN POLONIJNYCH Z BIAŁORUSI I UKRAINY

ZIELONA GÓRA – ŁAGÓW LUBUSKI 2018 r.



**23 lipca – 4 sierpnia 2018 r.**

**Stowarzyszenie Współpracy Polska – Wschód  
Lubuski Oddział Wojewódzki**

Al. Niepodległości 36, 65-001 Zielona Góra  
e-mail: [polska-wschod@wp.pl](mailto:polska-wschod@wp.pl)

**Ośrodek Wypoczynkowy „Leśnik” w Łagowie Lubuskim  
Lubuska Wojewódzka Komenda Ochotniczy Hufiec Pracy w Zielonej Górze**

**UWAGA!**

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo wprowadzenia poprawek do Programu, uzasadnionych szczególnie zmianami pogody lub innymi ważnymi względami.



## Ramowy Program Dnia

|       |                      |
|-------|----------------------|
| 8.00  | Pobudka              |
| 8.05  | Gimnastyka poranna   |
| 8.20  | Toaleta poranna      |
| 8.30  | Śniadanie            |
| 10.00 | Zajęcia programowe   |
| 13.30 | Obiad                |
| 14.00 | Odpoczynek poobiedni |
| 14.30 | Zajęcia programowe   |
| 18.30 | Kolacja              |
| 19.30 | Zajęcia K.O.         |
| 21.30 | Toaleta wieczorna    |
| 22.00 | Cisza nocna          |



### 23.07 (PONIEDZIAŁEK)

|             |   |
|-------------|---|
| godz. 14.30 | <b>Zakwaterowanie w Ośrodku Wypoczynkowym „Leśnik” w Łagowie</b>  |
| godz. 15.30 | Obiad + podwieczorek (alternatywnie: obiadokolacja dla wszystkich)  |
| godz. 17.15 | <b>Apel organizacyjny:</b><br>- przedstawienie opiekunów, kadry<br>- omówienie programu kolonii oraz regulaminu ośrodka, ogólnych zasad bezpieczeństwa BHP m.in.: dot. kąpeli i ruchu drogowego<br>- omówienie czystości i porządku – Ogłoszenie konkursu pt.: „Czystość-<br>Porządek-Higiena”<br>- omówienie zasad higieny i opieki medycznej oraz omówienie przypadków ukąszeń i oparzeń słonecznych (+ materiały edukacyjne) |
| godz. 18.30 | Kolacja (alternatywnie: obiadokolacja dla wszystkich)   |
| godz. 19.30 | <b>Odpoczynek/spacer</b>  |

### 24.07 (WTOREK)

|             |   |
|-------------|---|
| godz. 08.15 | Śniadanie   |
| godz. 09.30 | <b>Spotkanie z Wójtem Gminy Łagów Czesławem Kalbarczykiem – prezentacja turystycznych walorów Łagowa + historia (sala kinowa)</b>   |
| godz. 11.15 | <b>Edukacyjny spacer – wycieczka po Łagowie. Omówienie historii oraz prezentacja turystycznego klimatu miasteczka jako Perły Województwa Lubuskiego. Ogłoszenie konkursu pt. „Wiem dużo o Polsce”</b> |
| godz. 13.30 | Obiad + podwieczorek  |
| godz. 14.30 | <b>PODCHODY</b> – odgadywanie zagadek nt. Polski w tym Łagowa, dokańcz polskie przysłowia, odgadnij przyprawę, owoce itp. + nauka poruszania się z kompasem + zmagania sportowe                       |
| godz. 16.30 | Grupa I – <b>Rejs po jeziorze Łagowskim</b><br>Grupa II – <b>Plażowanie</b> – kąpiel w jeziorze Łagowskim, zajęcia sportowe - pływanie rowerami wodnymi + nauka pływania                              |
| godz. 18.30 | Kolacja   |
| godz. 19.30 | <b>MISTRZOSTWA SPOTROWE – turniej piłki plażowej (siatkówka)</b>  |
| godz. 20.30 | Przygotowania do Dni Międzynarodowych   |



## 25.07 (ŚRODA) – DNI MIĘDZYNARODOWE: POLSKA-BIAŁORUŚ-UKRAINA

- godz. 08.15 Śniadanie
- godz. 09.30 **Spotkanie z leśnikami z Nadleśnictwa Świebodzin.** Zaprezentowanie walorów przyrodniczych regionu
- godz. 11.15 **Plener malarski – Ogłoszenie konkursu plastycznego pt.: „Pocztówka z wakacji 2018”, „Wakacyjne Lubuskie”**
- godz. 12.30 **Wycieczka przyrodniczo-krajoznawcza po łagowskim Parku Krajoznawczym.** Prezentacja walorów naturalnych parku
- godz. 13.30 Obiad + podwieczorek
- godz. 14.30 Grupa II – **Rejs po jeziorze łagowskim, grupa II**  
Grupa I – **Plażowanie** – kąpiel w jeziorze łagowskim, zajęcia sportowe - pływanie rowerami wodnymi + cd. nauka pływania
- godz. 17.00 cd. Przygotowania do Dni Międzynarodowych
- godz. 18.30 Kolacja
- godz. 20.00 **Dni Międzynarodowe** – występy artystyczne przygotowane przez młodzież (taniec, śpiew, gra na instrumentach, recytacje)
- Konkurs talentów pt.: „MAM TALENT”** 😊 (występy solowe i grupowe)
- godz. 21:30 Zabawa taneczna przy muzyce disco

## 26.07 (CZWARTEK)

- godz. 08.15 Śniadanie
- godz. 09.00 cd. **Plener malarski – malarstwo, grafika, rysunek**
- godz. 11.30 **Plażowanie** – kąpiel w jeziorze łagowskim, zajęcia sportowe - pływanie rowerami wodnymi + nauka pływania
- godz. 13.30 Obiad + podwieczorek
- godz. 15.00 **Doskonalenie umiejętności postępowania się j. polskim – Historia organizacji młodzieżowych**
- godz. 16.00 Czas wolny
- godz. 18.15 **Wieczorny spacer do Jemiotowa – ognisko (kolacja)**  
**Wspólne śpiewanie piosenek** 😊



## 27.07 (PIĄTEK)

- godz. 08.30 Śniadanie
- godz. 09.30 **Wyjście – prezentacja Samorządowej Szkoły Podstawowej w Łagowie**  
Prezentacja sal edukacyjnych i sportowych
- godz. 13.30 Obiad + podwieczorek
- godz. 15.00 **Wejście na wieżę widokową Zamku Joannitów. Prezentacja historii zabytkowego zamku + niespodzianka**
- godz. 17.30 **Doskonalenie umiejętności postępowania się j. polskim – Polskie malarstwo, rysunek i rzeźba. Prezentacja prac plastycznych**
- godz. 18.30 Kolacja
- godz. 20.00 **Wybór Miss i Misstera Kolonii 2018**  
Wieczór taneczny przy muzyce na dużej sali – **Bal przebierańców**



## 28.07 (SOBOTA)

- godz. 08.15      Śniadanie  
godz. 09.30      Wykwaterowanie, zdanie pokoi  
godz. 10.00      **Wyjazd do Gościkowo – Paradyż**  
godz. 10.30      **Zwiedzanie zabytkowego pocysterskiego kościoła pw. św. Marcina z Tours i Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny**  
godz. 11.45      **Wspólne zdjęcie pod Pomnikiem Jezusa Chrystusa Króla w Świebodzinie**  
godz. 13.15      Przejazd do Zielonej Góry  
godz. 13.40      **Zakwaterowanie w Lubuskiej Wojewódzkiej Komendzie OHP**  
godz. 14.15      Obiad + podwieczorek  
godz. 15.00      **Apel organizacyjny:**  
- omówienie regulaminu ośrodka OHP  
- omówienie programu w Zielonej Górze  
godz. 15.30      **Wyjście na basen w Centrum Rekreacyjno-Sportowym w Zielonej Górze**  
godz. 18.30      Kolacja  
godz. 19.30      **Wyjście na Zielonogórski deptak – zwiedzanie Miasta Zielona Góra**

## 29.07 (NIEDZIELA)

- godz. 08.30      Śniadanie  
godz. 09.30      **Wyjazd do Muzeum Etnograficznego w Ochli**  
godz. 12.00      Powrót do OHP  
godz. 12.30      Czas wolny  
Dla chętnych – możliwość pójścia do kościoła  
godz. 15.15      Obiadokolacja + podwieczorek  
godz. 16.00      **Wyjście – niespodzianka**



## 30.07 (PONIEDZIAŁEK)

- godz. 08.30      Śniadanie  
godz. 09.00      **Wyjazd do Wojewódzkiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Drzonkowie**  
godz. 09.45      **Spotkanie z Dyrekcją WOSiR – zapoznanie się z historią zawodów np. rangi krajowej i międzynarodowej, m.in.: Mistrzostwa Polski w Pięcioboju Nowoczesnym + zwiedzanie obiektów ośrodka: hala sportowa, tenisowa, zespół basenów odkrytych, basen kryty, korty, strzelnice, obiekty jeździeckie itd.**  
godz. 10.30      **Zajęcia sportowe w podgrupach pod opieką instruktora, typu:**  
- Basen – połączone z nauką pływania,  
- Tenis – turniej tenisa stołowego  
- Nordic Walking – nauka prawidłowego chodzenia, w tym postawy  
godz. 13.30      Obiad + podwieczorek (w Drzonkowie)  
godz. 15:00      **Cmentarz – Golgota Wschodu i pamięć w kamieniach**  
godz. 18.30      Kolacja  
godz. 20.00      **Wyjście – Zielona Góra nocą – wieczorny spacer**



## 31.07 (WTOREK)

- godz. 08.30      Śniadanie
- godz. 09.30      Wyjście – zwiedzanie **Centrum Przyrodniczego w Zielonej Górze**
- godz. 13.30      Obiad + podwieczorek
- godz. 14.00      **Wyjazd do Cigacic – Rejs Galarami po Odrze**  
Obserwowanie i poznanie nadodrzańskiej przyrody, m.in. roślinność wodną, gniazdujące czaple i bociany oraz bobry, które są architektami tutejszych terenów
- godz. 16.30      **Wizyta w Winnym Dworcu – Winnica Stara Winna Góra w Górzycowicach**
- godz. 19.00      Kolacja
- godz. 20.00      **Doskonalenie umiejętności posługiwania się j. polskim – Polska muzyka klasyczna i rozrywkowa**
- godz. 20.45      **Zajęcia programowe – gry i zabawy integracyjne**

## 01.08 (ŚRODA)

- godz. 08.30      Śniadanie
- godz. 10:30      Wyjście - Zwiedzanie **Muzeum Ziemi Lubuskiej**
- godz. 13.30      Obiad + podwieczorek
- godz. 14.15      **BWA – Biura Wystaw Artystycznych.** Warsztaty plastyczne pn: „Pocztówka z Zielonej Góry”
- godz. 15.30      **Wyjście na basen w Centrum Rekreacyjno-Sportowym w Zielonej Górze**
- godz. 18.30      Kolacja
- godz. 19.30      **Zajęcia sportowe (Sala Gimnastyczna OHP)**



## 02.08 (CZWARTEK)

- godz. 08.30      Śniadanie
- godz. 09.30      **Wyjście do Palmiarni**
- godz. 10.30      **Spotkanie w Palmiarni z władzami miasta oraz organizatorami**
- godz. 11.30      **Wjazd na taras widokowy Palmiarni – prezentacja historii Miasta Zielona Góra**
- godz. 12.30      **Seans Filmowy 3D w CinemaCity Fokus Mall**
- godz. 15.00      Obiad + podwieczorek
- godz. 15.45      Zakupy pamiątkowe – galeria handlowa Fokus Mall Zielona Góra
- godz. 17:00      **Wizyta w Ośrodku Rehabilitacji Zwierząt Dziko Żyjących w Starym Kisielinie** – pieczenie kiełbasek/ognisko/nauka piosenek



### 03.08 (PIĄTEK)

|             |  |
|-------------|--|
| godz. 08.30 | Śniadanie  |
| godz. 09.00 | <b>Czas wolny – zakupy pamiątkowe</b>  |
| godz. 13.30 | Obiad + podwieczorek   |
| godz. 14.30 | <b>Wyjście na basen w Centrum Rekreacyjno-Sportowym w Zielonej Górze</b>   |
| godz. 18.30 | Kolacja  |
| godz. 19.30 | <b>Apel organizacyjny – podsumowanie wykładów i spotkań. Ogłoszenie wyników konkursu nt. wiedzy o Polsce, plastycznych i sportowych itp.</b><br>Wyświetlenie zdjęć i filmów z dni wyjazdowych w sali kinowej<br>Zaprezentowanie kolaży i plakatów z konkursu pt.: „Pocztówka z wakacji 2018” oraz „Wakacyjne Lubuskie”. Wręczenie nagród i dyplomów uczestnikom pobytu |

### 04.08 (SOBOTA)

|             |                                       |
|-------------|---------------------------------------|
| godz. 08.30 | Śniadanie (+ suchy prowiant na drogę) |
| godz. 10.00 | Wyjazd uczestników                    |



### Doskonalenie umiejętności postępowania się j. polskim – Historia organizacji młodzieżowych

Cel zajęć warsztatowych: Konkursy i wykłady przewidziane w programie mają na celu poznanie historii i geografii Polski oraz poprzez promocję podtrzymywanie tradycji i kultury polskiej w tym tożsamości narodowej. Zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze z językiem polskim pozwolą uczestnikom w doskonaleniu umiejętności postępowania się nim.

**UWAGA!** Organizatorzy zastrzegają sobie prawo wprowadzenia poprawek do Programu, uzasadnionych szczególnie zmianami pogody lub innymi ważnymi względami.

