
JUDO KLUB POLJČANE

POLETNO POČITNIŠKO VARSTVO

2024



Pripravil: Vito Dragič dipl. prof. švz

1 May 2024

UVOD

Judo klub Poljčane se zavzema za celostni razvoj otrok in mladostnikov v naši občini. Zavedamo se pomembnosti kakovostnega preživljanja poletnih počitnic, zato smo pripravili projekt počitniškega varstva, ki bo omogočil otrokom aktiven, zabaven in poučen način preživljanja prostega časa.

CILJI

1. **Spodbujanje športne aktivnosti:** Z organizacijo športnih aktivnosti, kot je judo, ter drugih športnih dejavnosti, želimo spodbuditi otrokovo ljubezen do gibanja in športa ter razvijati njihove motorične sposobnosti.
 2. **Krepitev samozavesti in samostojnosti:** Skozi športne izzive in aktivnosti bomo spodbujali otrokovo samozavest, samostojnost in vztrajnost ter jim pomagali razvijati pozitivno samopodobo.
 3. **Ustvarjalno izražanje:** S poudarkom na ustvarjalnih delavnicah bomo spodbujali otrokovo kreativnost in domišljijo ter razvijali njihove ustvarjalne spretnosti.
 4. **Izobraževanje o poklicih:** S predstavitvami poklicev, kot so gasilec, policaj, reševalec in vojak, bomo otrokom približali svet dela in odgovornosti ter jih motivirali za razmišljanje o svoji prihodnosti.
 5. **Spodbujanje zdravega načina življenja:** S poudarkom na zdravi prehrani, redni telesni aktivnosti in skrbi za osebno higieno bomo otroke spodbujali k vzdrževanju zdravega načina življenja.
 6. **Socialno vključevanje:** S skupnimi aktivnostmi, druženjem in timskimi igrami bomo spodbujali razvoj socialnih veščin, medsebojnega spoštovanja ter občutek pripadnosti skupnosti.
 7. **Skrb za varnost:** Zagotovili bomo varno okolje in strokovno varstvo otrok ter skrbno načrtovali vse dejavnosti v skladu z varnostnimi standardi.
-

KJE BO NAŠA LOKACIJA

1. V Dom športa in kulture Poljčane, Bistriška cesta 91, 2319 Poljčane
2. Šolski stadion, Dravinjska cesta 26, 2319 Poljčane
3. Kopališče Zbelovo, 2315 Loče

TERMINI IN PRIJAVNI ROK

- TERMIN: 15.7. - 19.7. 2024
- TERMIN: 22.7. - 26.7. 2024
- TERMIN: 29.7. - 2.8.2024
- TERMIN: 5.8. - 9.8.2024
- TERMIN: 12.8. - 16.8.2024

1. **PRIJAVNI ROK** : 13.5. - 30.5. 2024

- *prednost imajo člani judo kluba Poljčane in občani občine Poljčane*

2. **PRIJAVNI ROK**: 10.6. - 23.6. 2024

- *prednost imajo člani judo kluba Poljčane in občani občine Poljčane*

URNIK IN JEDLINIK

V okviru našega programa smo pripravili obsežen urnik aktivnosti in jedilnik, ki pa sta zgolj okvirna. To pomeni, da si pridržujemo pravico do morebitnih sprememb glede na določene okoliščine, kot so načrtovani izleti, vremenske razmere in druge nepredvidene situacije.

Natančen plan in urnik aktivnosti bo poslan pred začetkom izbranega termina.

Vljudno prosimo, da v primeru omejitev, alergij ali posebnih diet, te **OBVEZNO** sporočite ob prijavi med prijavnim rokom. Vaše informacije nam bodo omogočile ustrezno prilagoditev jedilnika in aktivnosti, da bo vsak otrok vključen in deležen pozitivne izkušnje.

URNIK

	Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek
8.00 - 9.00	Prihod in prosti čas	Prihod in prosti čas	Prihod in prosti čas	Prihod in prosti čas	Prihod in prosti čas
9.00 - 10.30	Ustvarjalne delavnice	Ustvarjalne delavnice	Ustvarjalne delavnice	Ustvarjalne delavnice	Ustvarjalne delavnice
10.30 - 11.00	Malica	Malica	Malica	Malica	Malica
11.00 - 12.30	Športne aktivnosti	Športne aktivnosti	Športne aktivnosti	Športne aktivnosti	Športne aktivnosti
12.30 - 13.00	Kosilo	Kosilo	Kosilo	Kosilo	Kosilo
13.00 - 14.30	Predstavitvev poklica/ športa, film..	Predstavitvev poklica/ športa, film..	Predstavitvev poklica/ športa, film..	Predstavitvev poklica/ športa, film..	Predstavitvev poklica/ športa, film..
14.30 - 15.00	Prosti čas in odhodi	Prosti čas in odhodi	Prosti čas in odhodi	Prosti čas in odhodi	Prosti čas in odhodi

JEDILNIK

	Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek
1 TERMIN	MALICA: krof, mleko in jabolko KOSILO: Juha, mesna rižota, sladica	MALICA: ovseni kruh in piščančja prsa, sok KOSILO: Telečji paprikaš, široki rezanci, rdeča pesa	MALICA: sezamova štručka in kakav KOSILO: Porova juha, sesekljana pečenka, krompir, solata, sok	MALICA: sirni namaz, kruh, sadje KOSILO: Bučkina Juha, pizza, sok	MALICA: makova štručka, jogurt, sadje KOSILO: Pire, špinača in hrenovka
2 TERMIN	MALICA: polenta, mleko in jabolko KOSILO: Boranja, sladica	MALICA: kruh in Zdenka sir, čaj KOSILO: Pire in čufti, sok	MALICA: žemlja in pašteta, sok, jabolko KOSILO: Juha, makaronovo meso, solata, sladica	MALICA: pizza štručka, sadje KOSILO: Juha, dunajski zrezek, riž, sladica	MALICA: kruh, med, maslo, čaj KOSILO: Goveji golaž, polenta, solata
3 TERMIN	MALICA: makova štručka, jogurt, sadje KOSILO: Pire, špinača in hrenovka	MALICA: hot dog, sok KOSILO: Juha, špageti Bologese, solata	MALICA: mlečni riž, jabolka KOSILO: Juha, carski praženec, kompot	MALICA: sezamova štručka in kakav KOSILO: Juha, sesekljana na pečenka, krompir, solata, sok	MALICA: krof, mleko in jabolko KOSILO: Juha, mesna rižota, sladica
4 TERMIN	MALICA: pizza štručka, sadje KOSILO: Juha, dunajski zrezek, riž, sladica	MALICA: mlečni riž, jabolka KOSILO: Juha, carski praženec, kompot	MALICA: sirni namaz, kruh, sadje KOSILO: Bučkina Juha, pizza, sok	MALICA: sirova štručka, jogurt KOSILO: Špageti s tuno, solata, sladica	MALICA: kruh in Zdenka sir, čaj KOSILO: Pire in čufti, sok

	Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek
5 TERMIN	<p>MALICA: žemlja in pašteta, sok, jabolko KOSILO: Juha, makaronovo meso,solata, sladica</p>	<p>MALICA: kruh,med,ma slo, čaj KOSILO: Goveji golaž, polenta, solata</p>	<p>MALICA: ovseni kruh in piščančja prsa,sok KOSILO: Telečji paprikaš, široki rezanci,rdeča pesa</p>	<p>MALICA: krof, mleko in jabolko KOSILO: Juha, mesna rižota, sladica</p>	<p>MALICA: polenta, mleko in jabolko KOSILO: Boranja, sladica</p>

NAVODILA IN OPREMA

Za boljšo izkušnjo smo vam pripravili priporočljivo opremo, ki jo naj ima vsak otrok pri sebi. Ta priporočena oprema bo zagotovila, da bodo otroci pripravljene na različne aktivnosti in nepredvidene situacije ter bodo lahko uživali v počitniškem varstvu brezskrbno. Nahrbtnik, ki ga bodo otroci vsak dan nosili s seboj, naj vsebuje:

- Rezervna oblačila (majica, hlače in spodnje perilo)
- Dopoldanska malica (kosilo in popoldanska malica sta organizirana)
- Flaško/bidon s poljubno pijačo – najbolje voda
- Peresnica z različnimi pisali – barvice in flumastri
- Copate (lahko jih puščajo pri nas)
- Pelerino ali dežnik, ki ju bomo prvi dan shranili v naših prostorih
- Kremo za sončenje
- Priporočamo tudi pokrivalo in sončna očala
- Morebitna zdravila (obvezno z vašimi pisnimi navodili za uporabo), prvi dan ob prihodu predate vodji
- Otroci naj bodo ob prihodu oblečeni in obuti glede na dnevno vremensko napoved
- Oblačila in obutev naj bodo primerna predvsem za športne aktivnosti

- Mobilni telefoni, tablice, konzole in podobni digitalni pripomočki niso prepovedani, VENDAR SO ZELO NEZAŽELJENI. V kolikor mislite, da ga otrok nutno potrebuje ga lahko prinese zraven, vendar za morebitne poškodbe ali izgubo le tega ne odgovarjamo.

PRIJAVE IN CENE

CENIK

80€ / termin - Cena za člane judo kluba Poljčane

100€ / termin - Cena za občane občine Poljčane

120€ / termin - Cena za otroke, ki niso člani JK Poljčane in občani občine Poljčane.

- Cena vključuje 5 dnevno varstvo in animacijo, malico in kosilo, spletno galerijo fotografij.

DOPLAČILA

V kolikor se bo otrok udeležil izlete in dodatne dejavnosti kjer bodo nastali dodatni stroški (vstopnine, prevozi...) bomo v naprej opozorili in se bo strošek poravnal dan prej ali tistega jutra.

VRAČILO DENARJA

1. V primer otrokove bolezni, bodo starši, na podlagi uradnega zdravniškega potrdila lahko zahtevali delno vračilo že plačanega programa poletnega varstva,
2. Stroške tedenske prehrane - 35€, se **ne** vrača

PRIJAVE

Možne **med prijavnimi roki** na email: judoklubpoljcane@gmail.com

ZAKLJUČEK

Projekt počitniškega varstva predstavlja priložnost za otroško razvedrilo, učenje in osebno rast v varnem in spodbudnem okolju. Verjamemo, da bo naš program otrokom omogočil nepozabne počitnice ter prispeval k njihovemu celostnemu razvoju. Zahvaljujemo se za podporo.
