



STOVYKLOS "PRALEISK VASARĄ SU KARATE" NUOSTATAI

ORGANIZATORIUS: Oku karate akademija (VšĮ Ažuolo akademija)

DATA: 2025 m. liepos 29 – rugpjūčio 5 d.

VIETA: Liepų g. 2, Linkmenys.

DALYVIAI: vaikai nuo 7 m. iki 17 m.

STOVYKLOS VADOVAI: Petras Ažuolas Kalpokas, Kristina Kalpokienė.

STOVYKLOS SAVANORIAI: Monika Žalytė, Kamilė Varankinaitė.

STOVYKLOS SLAUGYTOJA: Agnė Sokienė.

TIKSLAS

Įtraukti vaikus į fizinio aktyvumo veiklas, supažindinti su karatė sportu, skatinti vaikus būti fiziškai aktyviais, leisti laiką gamtoje, mokytis per patyrimą.

PROGRAMA

8:10 - 08:40 Rytinė mankšta

08:40 - 09:00 Dienos atidarymas

9:00 -10:00 Pusryčiai

10:00 - 12:00 - Veikla/Paskaita/Užsiėmimas

(Šaudymas lankais, kvėpavimo praktikos, rankdarbių dirbtuvės, ekskursijos, žygis, žongliravimo edukacija, muziejų lankymas, susitikimas su Šauliais, kinologo edukacija, linksmosios Olimpinės r kt.)

12:00 - 13:30 Karate treniruotė

13:30 -14:30 Pietūs

14:30 - 16:00 Siesta - Laisvas laikas/ Maudynės

16:00 - 18:00 Karate treniruotė

18:00 -18:30 Vakarienė

18:30 - 21:00 Renginys/veikla/Naktipiečiai *(Dūzgės, filmo peržiūra, stalo žaidimai ir kt.)*

21:00 - 21:30 Dienos uždarymas

21:30 - 23:00 Laisvas laikas viduje

23:00 Poilsio metas

FINANSAVIMAS: Stovykla vykdoma Lietuvos karatė federacijos fizinio aktyvumo (FA) programos ir Oku karate akademijos lėšomis.

PRIEMONĖS. Kanceliarinės priemonės, dalyvių atributika (marškinėliai), karatė tatamis, karatė letenos, spalvoti kūgiai, greičio kopėtėlės, vikrumo žiedai, virvė, kamuoliai, projektorius, emocijų kortelės, stalo žaidimai.