

LAIKAS	PIRMADIENIS 1	ANTRADIENIS 2	TREČIADIENIS 3	KETVIRTADIENIS 4	PENKTADIENIS 5
8:00-8:30	<b>DELFINAI ATVYKSTA Į STOVYKLĄ (DELFINŲ DIENOS TIKSLŲ/UŽDUOČIŲ APTARIMAS)</b>				
8:30-10:30	Plaukimo pamoka Nr. 1 „DELFINAI PRISIJAUKINA KOJAS“	Plaukimo pamoka Nr. 2 „DELFINAI NAUDOJASI RANKOMIS“	Plaukimo pamoka Nr. 3 „DELFINAI TOBULĖJA“	Plaukimo pamoka Nr. 3 „DELFINAI ATLIEKA ŠUOLIUS“	Plaukimo pamoka Nr. 5 „DELFINAI UŽVALDO VANDENĮ“
10:30-11:30	Teorinė pamoka Nr. 1 „DELFINAI SEMIA ŽINIAS“	Teorinė pamoka Nr. 2 „DELFINAI SEMIA ŽINIAS“	Socializaciniai užsiėmimai lauke	Teorinė pamoka Nr. 3 „DELFINAI SEMIA ŽINIAS“	Baigiamosios plaukimo varžybos
11:30	<b>PIETŪS</b>				
13:00 (2 val.)	-RC- mašinėlės	Socializaciniai užsiėmimai lauke (Šepkos parke)	„DELFINŲ IŠVYKA ANT BATUTŲ“ +treneris	Edukacinė programa Salose (Karvučių gamyba)	„DELFINAI ATISISVEIKINA“ (stovyklos aptarimas) Delfinų stovyklos įspūdžiai kreidelėmis ant asfalto, apdovanojimai.
15:00	„Delfinai ieško lobio“	14.00 val. Mokslo klubas 16.00 val. (3D piešimas)	Vandenlenčių trasa	Pasivažinėjimas autobusu-kabrioletu	Išvykimas namo 14:00-14:30
16:15	Dienos aptarimas	Dienos aptarimas	Dienos aptarimas	Dienos aptarimas	-
16:30-17:00	Išvykimas namo	Išvykimas namo	Išvykimas namo	Išvykimas namo	-
<b>PAAIŠKINIMAI:</b>	Plaukimo pamoka Nr. 1 Kojų judesių mokymas plaukiant krauliu ir nugara.	Plaukimo pamoka Nr. 2 Rankų judesių mokymas plaukiant krauliu ir nugara. Šuoliai.	Plaukimo pamoka Nr. 3 Pilno suderinimo mokymas plaukiant krauliu ir nugara. Šuoliai.	Plaukimo pamoka Nr. 4 Kojų ir rankų judesių mokymas plaukiant krūtine. Šuoliai.	Plaukimo pamoka Nr. 5 Plaukimo būdų judesių užtvirtinimas. Šuoliai.
	*Saugus elgesys prie vandens. Asmens higiena. Visuomenės sveikatos biuras	Pagalbos suteikimas vandenyje ir krante. Visuomenės sveikatos biuras		Skendimo priežastys ir kaip jų išvengti Treneris	

## PAAIŠKINIMAI

**UŽSIĖMIMAI VANDENYJE/BASEINE**

**TEORINĖS PAMOKOS + SPA**