



ГБУ РС(Я) "РСШОР в с.  
Намцы им.Н.С.  
Тимофеева"

## Режим дня:

- 7:00-7:45 зарядка
- 8:00-9:00 завтрак
- 10:00-12:00 первая тренировка
- 13:00-14:00 обед
- 16:00- 16:30 полдник
- 17:00- 19:00 вторая тренировка
- 19:00 ужин
- 21:00 поздний ужин

## Цель и задачи ЛТО «АЛБАН»:

- Развивать и укреплять физические качества детей, способствовать национальному становлению двигательной активности на свежем воздухе;
- Оказывать положительное влияние на эмоциональное состояние школьников посредством создания условий для игр, веселых забав, занятий по теориям легкой атлетики, прогулок;
- Разнообразить физические упражнения, спортивные и подвижные игры, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей.

# День открытия лагеря



# Сдача спортивных нормативов



# Тренировочные моменты:









# Теория легкой атлетики



# Добровольная уборка тренировочных территорий



# Отрывки подвижных игр и забав



# Закрѳтия 2 сезона





**Министерство по  
физической культуре и  
спорту Республики Саха  
(Якутия)**

**Государственное бюджетное  
учреждение Республики  
Саха (Якутия)  
«Республиканская  
специализированная  
спортивная школа  
олимпийского резерва»  
с.Борогонцы»**

## База лагеря «Зал борьбы»

**Спортивно-оздоровительный лагерь «Дружба» по видам спорта «вольная борьба» организуется на базе ГБУ РС(Я) «Республиканская специализированная школа олимпийского резерва в с.Борогонцы» по адресу: Республика Саха (Якутия), Усть-Алданский улус (район), с. Борогонцы, ул. Лонгинова д.51**



## План работы

Дата	Направление	Содержание
1 день	День знакомства	-открытие лагеря - формирование отрядов - взвешивание и измерение роста детей, подростков - проведение инструктажей по ТБ и ППБ - создание банка данных участников
2 день	Беседы, занятия	- беседы с тренером - беседы с медработником - тренировочные занятия
3 день	Беседы, занятия по видам спорта	- беседа на тему «ЗОЖ» - теоретические задания по видам спорта
4 день	Беседы, тренировочные занятия	-беседы на тему «Наркомания», Табакокурение» - тренировочные занятия
5 день	Культурно-развлекательные мероприятия	-участие «Летний позитив», по зооп -тренировочные занятия
6 день	Беседа, тренировочные занятия	- беседа ст.инспектора Усть-Алданского участка Центра ГИМС ГУ МЧС России по РС(Я) Дьячковским Вячеславом Николаевичем на тему «Вода безопасная территория» - беседа с. инструктора ППОГПС №34 Атласовой Саргыланы – Авилины Васильевны на тему «Пожарная безопасность» - тренировочные занятия
7 день	Патриотическое воспитание детей. Тренировочные занятия	- поход на МКУ «Усть-Алданский историко-краеведческого музея им. Съэн Ардыакыап» - тренировочные занятия

**Основными формами работы лагеря является:**  
**групповые тренировочные и теоретические занятия;**  
**медицинский контроль;**  
**участие в соревнованиях, беседы, конкурсы**

## План работы

8 день	Минутка здоровья Тренировочные занятия	- конкурс рисунков на тему «Я выбираю ЗОЖ» - тренировочные занятия
9 день	Викторина Тренировочные занятия	- викторина «Первая помощь пострадавшему» - тренировочные занятия
10 день	Спортивно-оздоровительные мероприятия	- тренировочные занятия - Чемпионат по хапсагаю
11 день	Экскурсия Тренировочные занятия	Экскурсия в Парк культуры и отдыха Тренировочные занятия
12 день	Футбол Тренировочные	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
13 день	Спортивные игры Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
14 день	Футбол Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
15 день	Беседы, инструктажи. Беседу – инструктаж по Правилам Дорожного Движения Российской Федерации для пешеходов и велосипедистов «Безопасное колесо» Тренировочные занятия	Старший инспектор (ДПС) дорожно – патрульной службы Алексеев Владилен Анатольевич и инспектор (ДПС) дорожно – патрульной службы Монастырев Егор Станиславович. Тренера, воспитатель, методист, медицинская сестра
16 день	Тренировочные занятия. Просмотр кинофильма «Космический джем», мультфильм.	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
17 день	ОФП Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
18 день	ОФП Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
19 день	Викторина Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
20 день	Чемпионат лагеря по вольной борьбе Тренировочные занятия	Тренер, воспитатель, медицинская сестра, методист
21 день	Заккрытие работы лагеря	-подведение итогов работы лагеря



## Организация горячего питания

МБОУ МСОШ№1 им. Г.В. Егорова»



# Фото информация







## Организация горячего питания детей в столовой МБОУ «МСОШ№1 им. Г.Г. Егорова»



## ФОТО ИНФОРМАЦИЯ



**Беседа – инструктаж по  
ПБ, «вода безопасная территория»**

## ФОТО ИНФОРМАЦИЯ



**Беседа по ПБ, «Вода безопасная территория»**

# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## Историко-краеведческий музей



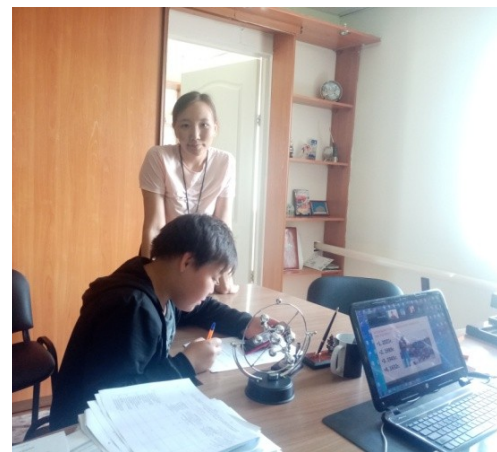


# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ



# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## Участники конкурса – викторины по ZOOM



# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## Беседа, викторина, таабырын таайтарыыта



# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## Чемпинат по хапсагай



# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## ФОТО конкурс «Мы за здоровый образ жизни»



# ФОТО ИНФОРМАЦИЯ

## Беседы на тему «Наркомания», «ЗОЖ», «Первая помощь»



**"Наркомани  
я –  
знак беды!"**



# Открытие спортивно-оздоровительного лагеря «Дружба»



Поднятие Флага  
лагеря



Участники торжественного  
мероприятия

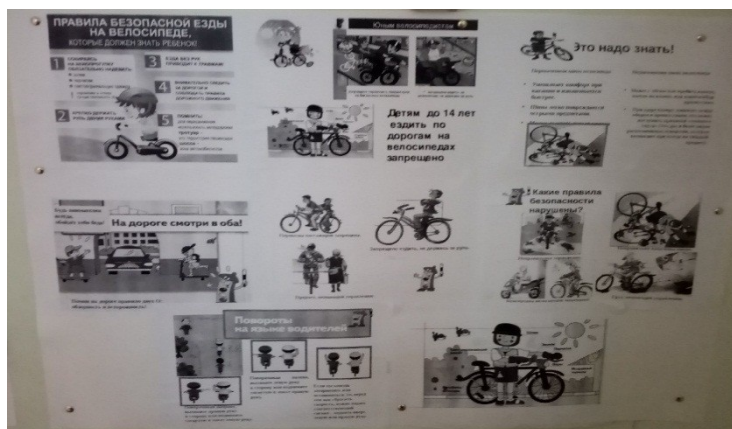


# Открытие спортивно-оздоровительного лагеря «Дружба»





# Беседа – инструктаж о Правилах Дорожного Движения Российской Федерации для пешеходов и велосипедистов «Безопасное колесо»



# Тренировочные занятия – тренер Соловьев Петр Афанасьевич



## Сдача ОФП (общая физическая подготовка)



## Занятия на свежем воздухе: футбол



**Кинотеатр «Еркен»:  
просмотр мультфильма «Космический джем»**



## Сдача норматива по обще – физической подготовке (ОФП)



# Выход на природу: Парк культуры и отдыха





**С 5 июля по 25 июля тренировочное мероприятия на базе  
ГБУ РС(Я) «РССШОР им. А.И. Иванова» с. Сунтар.  
Бокс- 15 воспитанников, тренер Игнатъев К.С.**



## Тренировочный сбор с 05-25 июля 2021 Отделения бокс



# Тренировочный сбор с 05-25 июля 2021

## Отделения бокс



## Тренировочный сбор с 05-25 июля 2021 Отделения бокс



# Тренировочный сбор с 05-25 июля 2021

## Отделения бокс



**Тренировочный сбор с 05-25  
июля 2021  
Отделения бокс**





**Государственное бюджетное учреждение**

**Республики Саха (Якутия)**

**«РЕСПУБЛИКАНСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ  
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА  
ПО ЗИМНИМ ВИДАМ СПОРТА»**

2 сезон – хоккей с шайбой,  
шорт-трек

























# Шорт-трек









