**План-сетка мероприятий спортивно-оздоровительного лагеря**

**«Спортивный успех»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Мероприятие** |
| **1 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, вводный инструктаж по технике безопасности и пожарной безопасности. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Торжественное открытие лагерной смены. |
| 11:00 – 12:30 | Знакомство с программой лагеря. Участие в онлайн-конкурсе рисунков «Детские мечты». |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Оздоровительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 - 15.00 | Подведения итогов дня. Отправка детей домой. |
| **2 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Мастер - класс по брейкингу. |
| 11.00 – 13.00 | Спортивные игры по интересам. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе |
| 14.30 - 15.00 | Подведения итогов дня. Отправка детей домой. |
| **3 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Посещение бассейна |
| 11:00 – 11:30 | Беседа на противопожарную тематику и викторина по пожарной безопасности. |
| 12.30 – 13.00 | Игры на свежем воздухе |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Караоке. |
| 14.30 – 15.00 | Подведения итогов дня. Отправка детей домой. |
| **4 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Беседа по профилактике противоправных действий с приглашенным специалистом УМВД. |
| 11.00 – 13.00 | Конкурс рисунков «Я живу в России» |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Спортивные игры по интересам. |
| 14.30 – 15.00 | Подведения итогов дня. Отправка детей домой. |
| **5 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10:00 – 13:00 | Экскурсия в музей. Распространение буклетов «Спорт-модная семейная традиция». |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Отправка детей домой. |
| **6 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 09.30 | Завтрак. |
| 09.30 – 12.00 | Экскурсия «Боевая слава» (Центральная библиотека, улица Дружбы Народов, 22); спартакиада «Самотлорские спортивные игры 2022», стритбол (спортивная площадка, ул. Пермская 23а) |
| 12.00 – 13.00 | Конкурс рисунков на тему: «Россия – Родина моя!» |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14:30 | Конкурс рисунков на тему: «Россия – Родина моя!» |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **7 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 09.45 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 09.45 – 10.45 | Мастер-класс **«Беби стайл»** |
| 10.45 – 11.45 | Посещение бассейна |
| 12.00 – 13.00 | Беседа с сотрудников ГИБДД на тему «Безопасность детей в летнее время на улицах города» |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Фитнес-программа на спортивной площадке |
| 14.30-15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой |
| **8 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 09.45 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 09:45 – 12:00 | Посещение кинотеатра «Galaxy Star» |
| 12.00 – 13.00 | Игры на свежем воздухе |
| 13.00 – 13.30 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **9 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 13.00 | Торжественное открытие физкультурного мероприятия. Спартакиада «Весёлые старты» |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Психологический тренинг. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **10 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 11.00 | Посещение бассейна |
| 11.30 – 13.00 | Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни». |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Отправка детей домой. |
| **11 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00-11.00 | Посещение бассейна. |
| 11.00-13.00 | Мастер – класс «Погружение в языковую среду через движение». |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **12 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10:00 – 13.00 | Тренировочное мероприятие. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **13 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Посещение бассейна. Праздник «Рыбаки и рыбки». |
| 11.30 – 13.00 | Экскурсия в музей. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Выборы президента лагеря. Конкурс рисунков «Выборы глазами детей». |
| 14.30 –15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **14 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. |
| 10.00 – 11.00 | Игры на свежем воздухе. |
| 12.00 – 13.00 | Посещение кинотеатра. |
| 13.00 – 13.30 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Конкурс рисунков «Детские мечты». |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **15 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 13.00 | Посещение кинотеатра. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Эстафеты с элементами пожарно-спасательного спорта |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **16 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Посещение кинотеатра |
| 10.00 – 13.00 | Посещение бассейна. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. Конкурс фотографий «Как я люблю спорт». |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Отправка детей домой. |
| **17 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 11.00 | Посещение бассейна. |
| 11.00 – 13.00 | Тренировочное мероприятие. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игра-Викторина «Я ребенок. Я имею право». |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **18 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 11.00 | Посещение бассейна. |
| 11.00 - 13.00 | Тренировочное мероприятие. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **19 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 13.00 | Экскурсия в центральную библиотеку. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **20 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 10.30 | Профилактическая беседа в рамках акции «Твори добро». |
| 10.30 – 11.30 | Тренировочное мероприятие. |
| 11.30-13.00 | Водный праздник «День Нептуна». |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 14.30 | Игры на свежем воздухе. |
| 14.30 – 15.00 | Подведение итогов дня. Отправка детей домой. |
| **21 день** | 08.30 - 09.00 | Сбор детей в учреждении, медосмотр, линейка, зарядка, инструктаж. |
| 09.00 – 10.00 | Завтрак. Восстановительные мероприятия. |
| 10.00 – 13.00 | Закрытие лагерной смены. |
| 13.00 – 14.00 | Обед. Восстановительные мероприятия. |
| 14.00 – 15.00 | Игры на свежем воздухе. |