

УТВЕРЖДАЮ


И. о. зам. директора - руководитель
Республиканского центра по
работе с одаренными детьми
«Альтаир-Хакасия»

 Т.Ю. Медведева

«16» 11 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

И. о. директора ГБОУ РХ
«Хакасская национальная
гимназия-интернат им. Н.Ф.
Катанова»

 Л.О. Ахпаева

«16» 11 2023 г.



Режим-расписание занятий участников Республиканской ноябрьской спортивной смены Республиканского центра по работе с одаренными детьми «Альтаир-Хакасия» (17 -25 ноября 2023 г.)

17.11.2023 (пятница)

14.00 - 16.00 - Заезд
15.00-16.30 - Осмотр педиатра,
заселение по комнатам
16.30 - 17.00 - Открытие программы, *Топоев В.И.,
Медведева Т.Ю. (конф.-зал)*
17.00-18.20 - Размещение в интернате
18.20 – 19.00 - Ужин
19.00 - 20.00 - Экскурсия по гимназии, *Кулаганова
Е.В., Торокова К.Г.*
20.00-22.00 - Организационные моменты
по интернату
22.00 - Отбой

18.11.2023 (суббота)

06.55 - Подъем
07.07- 07.18 - Зарядка
07.20 - 07.40 - Завтрак
07.40 - 08.00 - Утренний сбор участников смены
08.00 -08.20 - Установочное собрание (*конф.- зал*)
08.20 -09.50 Командообразование, *Кулаганова
Е.В., Торокова К.Г. (конф.-зал)*
10.00 -12.30 Спортивно-образовательный
модуль: утренняя тренировка в зале «Курес»
ХНГИ им. Н.Ф. Катанова, *Топоев В.И., Боргояков
Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А. (зал Курес)*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -16.00 Командообразование *Кулаганова
Е.В., Торокова К.Г. (конф.-зал)*
16.00-18.30 Спортивно - образовательный
модуль: Вечерняя тренировка в зале «Курес»
ХНГИ им. Н.Ф. Катанова, *Топоев В.И., Боргояков
Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А. (зал Курес)*
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие *Кулаганова
Е.В., Торокова К.Г. (конф.-зал)*
20.30 -22.00 - Подготовка к отбою
22.00 – Отбой

19.11.2023 (воскресенье)

08.40 Подъем
09.00 -09.20 Завтрак
09.40-10.00 Утренний сбор, уборка комнат
10.00- 10.30 Дорога до библиотеки Ровесник
10.30-11.30 - Профориентационный модуль: «Живая книга» (встреча со Станиславом Путём)
11.30-12.00 - Дорога до ХНГИ
12.00-14.00 Игры на свежем воздухе (футбол, волейбол)
14.00-14.20 Обед
14.20-15.30 Просмотр и обсуждение фильма «Белая дорога Эльзы», *Торокова К.Г., Кулаганова Е.В. (конф.-зал)*
16.00-18.30 Спортивно - образовательный модуль: Вечерняя тренировка в зале «Курес» ХНГИ им. Н.Ф. Катанова, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А. (зал Курес)*
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие *Кулаганова Е.В., Торокова К.Г. (конф.зал)*
20.30 -22.00 Подготовка к отбою
22.00 Отбой

21.11.2023 (вторник)

06.55 Подъем
07.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание (конференц -зал)
08.20 -09.50 Образовательный модуль: Эффективная коммуникация, *Гетманова А.Д. (БАЗ)*
10.00-10.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на утреннюю тренировку
10.30 -12.30 Спортивно-образовательный модуль: утренняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
12.30 -13.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с утренней тренировки
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -16.00 Досуговый модуль: Игра Шашки/шахматы *Калуга С.Н. (шахм.клуб «Алтын ат»)*
16.00-16.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на вечернюю тренировку
16.30 -18.30 Спортивно-образовательный модуль: вечерняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
18.30-19.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с вечерней тренировки
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие с волонтерами 1 группа: «Квест по школе»/ 2 группа игра в мафию (конф.-зал)
20.30 -22.00 Подготовка к отбою: уборка комнат, стирка, душ
22.00 Отбой

20.11.2023 (понедельник)

06.55 Подъем
07.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание (конф. -зал)
08.20 -09.50 Досуговый модуль: занятия в интерактивном ТИРЕ, *Иптышев С.В., (ТИР)*
10.00-10.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на утреннюю тренировку
10.30 -12.30 Спортивно-образовательный модуль: утренняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
12.30 -13.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с утренней тренировки
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -16.00 Воспитательный модуль: командообразование *Кулаганова Е.В., Торокова К.Г. (конф.-зал)*
16.00-16.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на вечернюю тренировку
16.30 -18.30 Спортивно-образовательный модуль: вечерняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
18.30-19.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с вечерней тренировки
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие с волонтерами «Огонек дружбы» (БАЗ)
20.30 -22.00 Подготовка к отбою: уборка комнат, стирка, душ
22.00 Отбой

22.11.2023г (среда)

06.55 Подъем
07.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание (конф.-зал)
08.20 -09.00 1 группа Робототехника, *Гладков Д.Е.(кабинет 1 А)* / 2 группа Построение геометрических тел, *Ролшина А.В. (конф.-зал)*
09.10 -09.50 2 группа Робототехника, *Гладков Д.Е. (кабинет 1 А)* / 1 группа Построение геометрических тел, *Ролшина А.В. (конф.-зал)*
10.00-10.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на утреннюю тренировку
10.30 -12.30 Спортивно-образовательный модуль: утренняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
12.30 -13.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с утренней тренировки
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -16.00 Досуговый модуль: Игра Шашки/шахматы *Калуга С.Н., (шахм.клуб «Алтын ат»)*
16.00-16.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на вечернюю тренировку
16.30 -18.30 Спортивно-образовательный модуль: вечерняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
18.30-19.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с вечерней тренировки
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие с волонтерами 2 группа: «Квест по школе»/ 1 группа игра в мафию (конф.-зал)
20.30 -22.00 Подготовка к отбою: уборка комнат, стирка, душ
22.00 Отбой

23.11.2023г(четверг)

06.55 Подъем
07.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание (конференц -зал)
08.20 -09.50 Образовательный модуль: Эффективная коммуникация, *Гетманова А.Д. (БАЗ)*
10.00-10.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на утреннюю тренировку
10.30 -12.30 Спортивно-образовательный модуль: утренняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
12.30 -13.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с утренней тренировки
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -16.00 Воспитательный модуль: Просмотр и обсуждение фильма о Н.Ф. Катанове, *Кулаганова Е.В., Торокова К.Г. (конф-зал)*
16.00-16.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на вечернюю тренировку
16.30 -18.30 Спортивно-образовательный модуль: вечерняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
18.30-19.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с вечерней тренировки
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Встреча без галстука «Встреча с Канзычаковым Геннадием Степановичем, врачом – детским хирургом ГБУЗ РХ «Абаканская МКБ», главный специалист по детской хирургии министерства здравоохранения Республики Хакасия, депутатом Верховного Совета Республики Хакасия»
20.30 -22.00 Подготовка к отбою: уборка комнат, стирка, душ
22.00 Отбой

25.11.2023г(суббота)

6.55 Подъем
7.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание(конф. -зал)
08.20-10.20 Сдача комнат
10.30 -11.30 Закрытие смены, Вручение сертификатов, памятных подарков, награждение, *Топоев В.И., Медведева Т.Ю. (конф.-зал)*
11.30 2 завтрак
12.00 - 13.00 Отъезд участников смены

24.11.2023г(пятница)

06.55 Подъем
07.07 -07.18 Зарядка
07.20 -07.40 Завтрак
07.40 - 08.00 Утренний сбор, уборка комнат
08.00 - 08.20 Установочное собрание (конференц -зал)
08.20 -09.50 Досуговый модуль: занятия в интерактивном ТИРЕ, *Иптышев С.В., (ТИР)*
10.00-10.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на утреннюю тренировку
10.30 -12.30 Спортивно-образовательный модуль: утренняя тренировка, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
12.30 -13.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с утренней тренировки
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00-16.00 Просмотр и обсуждение фильма «Я – внук того солдата», *Кулаганова Е.В., Торокова К.Г. (конф-зал)*
16.00-16.30 Перемещение по маршруту ХНГИ - Тренировочный зал на Сдачу нормативов
16.30-18.30 Сдача нормативов, *Топоев В.И., Боргояков Ю.А., Султреков В.А., Тодозаков А.А.*
18.30-19.00 Перемещение по маршруту Тренировочный зал - ХНГИ с вечерней тренировки
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.30 -20.30 Вечернее мероприятие с волонтерами «Прощальный огонек» (БАЗ)
20.30 -22.00 Подготовка к отбою: уборка комнат, стирка, душ
22.00 Отбой