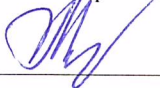


УТВЕРЖДАЮ


Заместитель директора -
руководитель
Республиканского центра по
работе с одаренными детьми
«Алтайр-Хакасия»


Т.Ю. Медведева

« 2 » 04 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ РХ
«Хакасская национальная
гимназия-интернат им. Н.Ф.
Катанова»


Л.О. Ахметова

« 2 » 04 2024 г.

Режим-расписание занятий участников Апрельской интенсивной программы «Спортивная (греко-римская борьба)» Республиканского центра по работе с одаренными детьми «Алтайр-Хакасия» (3 -16 апреля 2024 г)

3.04.2024 (среда)

14.00 - 16.00 - Заезд
15.00-16.30 - Осмотр медицинского работника
16.30 - 17.00 – *Организационное собрание,*
ответственные: *Тодышева А.С., Кулаганова Е.В.,*
Торокова К.Г.,(конф.-зал)
17.00-18.20 - Размещение в интернате
18.20 – 19.00 - Ужин
19.00 - 20.00 - Экскурсия по гимназии, ответственные:
Кулаганова Е.В., Торокова К.Г.
20.00-21.00 – Подготовка к отбою
21.00 - Отбой

4.04.2024 (четверг)

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 (конференц -зал)
08.20 -10.00 *Инструктаж по технике безопасности*
Кулаганова Е.В., Торокова К.Г., конф.-зал
10.00 -10.30 *Торжественное открытие смены БАЗ,*
ответственные Торокова К.Г., Тодышева А.С.
10.30 - 12.30 *Тренировочный модуль: утренняя*
тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -14.40 *Воспитательный модуль: «Огонек*
дружбы» Кулаганова Е.В., Торокова К.Г.,конф.-зал
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя*
тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса,
14
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.40 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

5.04.2024 (пятница)

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 (конференц -зал)
08.20 -10.30 *Воспитательный модуль:*
«Командообразование», Кулаганова Е.В., Торокова К.Г.,
конф.-зал
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя*
тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -14.40 *Междисциплинарный модуль:*
Робототехника . Гладков Д.Е.,конф.-зал
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка*
в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.40 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

6.04.2024 (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 (конференц -зал)
8.20 - 10.00 – *Воспитательный модуль:*
«Командообразование» Кулаганова Е.В., Торокова К.Г.,
конф.-зал
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя*
тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 - 15.00 *Воспитательный модуль: Игры на свежем*
воздухе, Торокова К.Г.
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в*
зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.40 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

7.04.2024 (воскресенье)

8.40 Подъем
09.00 -09.20 Завтрак
09.30-10.00 Свободное время
10.00-10.40 *Перемещение Крылова, 35 – Ленина, 102*
10.40-11.40 *Междисциплинарный модуль: Мероприятие в Юношеской библиотеке «Ровесник» Литературный обзор «Год лейтенантской прозы»*
11.40 – 12.30 *Перемещение Ленина, 102 – Крылова, 35*
12.30-14.00 Свободное время
14.00-14.20 Обед
14.20-15.30 *Воспитательный модуль: Кинолекторий «Я внук того солдата» (просмотр и обсуждение фильма), Торокова К.Г., Кулаганова Е.В., конф.-зал*
16.00-18.00 *Воспитательный модуль: Игры на свежем воздухе «Миш-футбол», Торокова К.Г., Кулаганова Е.В.*
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

9.04.2024 (вторник)

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)
8.20 - 10.00 *Воспитательный модуль: Искусство самопрезентации, Торокова К.Г., конф.-зал*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -15.00 *Междисциплинарный модуль: Шашки/шахматы, Калуга С.Н.*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.40 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

8.04.2024 (понедельник)

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 (конференц -зал)
08.20 -09.00 *Междисциплинарный модуль: Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная математика (Ромша А.В., конф.-зал)*
09.10 -09.50 *Междисциплинарный модуль: Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная математика (Ромша А.В., конф.-зал)*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 - 15.00 *Воспитательный модуль: Круглый стол «Встреча с Олегом Владимировичем Немченко, российским и черногорским борцом греко-римского стиля, призёром чемпионата Европы, обладателем Кубка мира », Кулаганова Е.В., Торокова К.Г., конф.-зал*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.40 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

10.04.2024 (среда)

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 (конференц -зал)
08.20 -09.00 *Междисциплинарный модуль: Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная математика (Ромша А.В., конф.-зал)*
09.10 -09.50 *Междисциплинарный модуль: Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная математика (Ромша А.В., конф.-зал)*
11.00 -13.00 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -15.00 *Воспитательный модуль: «Встреча с директором УТОР Денисом Васильевичем Кокоряковым », Торокова К.Г., Кулаганова Е.В., конф.-зал*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.20 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

11.04.2024 (четверг)

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)
8.20-10.00 *Воспитательный модуль: Разговор о важном «День первооткрывателя», Кулаганова Е.В., Торокова К.Г., конф-зал*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 -15.00 *Междисциплинарный модуль: Шахи/шахматы, Кадуга С.Н.*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.20 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

13.04.2024 (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 (конференц -зал)
8.20 - 10.00 *Воспитательный модуль: «Командообразование» Кулаганова Е.В., Торокова К.Г., конф-зал*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00 - 15.00 *Воспитательный модуль: Спортивные игры на свежем воздухе, Торокова К.Г., Кулаганова Е.В.*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.20 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

12.04.2024 (пятница)

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 -10.30 *Воспитательный модуль: Викторина по ПДД, Кулаганова Е.В.Торокова К.Г., конф.зал*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
14.00-15.00 *Междисциплинарный модуль: Видеостудия (Иптышев Н.В.)/ Интерактивный ТИР (Иптышев С.В.)*
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: вечерняя тренировка в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.20 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

14.04.2024 (воскресенье)

8.40 Подъем
09.00 -09.20 Завтрак
09.30-10.00 Свободное время
10.00-10.40 *Маршрут Крылова, 35 – Ленина, 102*
10.40-11.40 *Воспитательный модуль: Игра - квест «Сталкер» День памяти погибших в радиационных авариях и катастрофах в России*
11.40 – 12.30 *Маршрут Ленина, 102 – Крылова, 35*
12.30-14.00 Свободное время
14-00 Обед
14.20-15.30 *Воспитательный модуль: Кинолекторий «Белая дорога Эльзы» (просмотр и обсуждение фильма), Торокова К.Г., Кулаганова Е.В. (конф.-зал)*
16.00-18.00 *Воспитательный модуль: Игры на свежем воздухе в волейбол, Кулаганова Е.В., Торокова К.Г.*
19.00 -19.30 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

15.04.2024 (понедельник)

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 (конференц -зал)
08.20 -09.00 *Междисциплинарный модуль:
Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная
математика (Ромина А.В., конф-зал)*
09.10 -09.50 *Междисциплинарный модуль:
Робототехника (Гладков Д.Е., IT)/ Занимательная
математика (Ромина А.В., конф-зал)*
10.30 -12.30 *Тренировочный модуль: утренняя
тренировка в зале спортивной борьбы ХНГИ*
13.20-13.40 Обед + 2 завтрак
15.00 – 15.40 *Маршрут Крылова, 35 – Карла Маркса, 14*
16.00-18.00 *Тренировочный модуль: сдача нормативов
в зале спортивной борьбы Карла Маркса, 14*
18.00 – 18.40 *Маршрут Карла Маркса, 14 - Крылова, 35*
18.20 -18.50 Ужин + полдник
19.00 -21.00 Уборка комнат, душ, подготовка к отбою
21.00 Отбой

16.04.2024 (вторник)

6.55 Подъем
07.20 -07.40 Завтрак
09.20 - 10.30 Сдача комнат
10.30 - 10.40 Сбор (конф. - зал)
11.00 – 11.30 *Торжественное закрытие смены,
Торокова К.Г., Кулагатова Е.В., Тодышева А.С., БАЗ*
11.30-11.40 Полдник
12.00 -13.00 Отъезд участников смены