

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Пановская средняя общеобразовательная школа» Крутинского муниципального района  
Омской области

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Пановская СОШ»

\_\_\_\_\_ И.Н. Колмакова

## **ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОЙ ЛЕТНЕЙ СМЕНЫ**

### **«Чемпион»**

Срок реализации: с 02 июня по 27 июня 2023 года.

Участники: учащиеся 2-10 классов.

Разработчик программы:

Баталина Т.А.- начальник лагеря

МБОУ «Пановская СОШ»

с. Паново

2023 г.

## 1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ.

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Полное название                      | Программа профильной летней спортивно – оздоровительной смены «Чемпион» с дневным пребыванием детей на базе МБОУ «Пановская СОШ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Автор-разработчик программы          | Начальник лагеря МБОУ «Пановская СОШ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Руководитель программы               | Начальник лагеря МБОУ «Пановская СОШ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Организация, представившая программу | Муниципальное общеобразовательное учреждение «Пановская СОШ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Адрес организации                    | 646142 Омская обл., Крутинский район, с. Паново, улица Советская, 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Телефон                              | 8 (838167)35-1-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Форма программы                      | Обучающая, спортивно-игровая, спортивно - оздоровительная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Цель программы                       | Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей, профилактика асоциального поведения детей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Специализация программы              | Спортивно-оздоровительная профильная смена                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Сроки реализации                     | июнь 2023 года                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Место реализации                     | МБОУ «Пановская СОШ»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Официальный язык программы           | Русский                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Общее количество детей – участников  | 15 человека                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| География участников                 | Учащиеся 2-10 классов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Условия участия в программе          | Для участия в программе направляются дети группы риска, трудные подростки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Условия размещения участников        | Спортивные площадки, спортзал                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткое содержание программы         | <p>Современных детей объединяет желание быть значимыми для себя и полезными для других, им нужна забота, понимание и внимание взрослых. Правильная организация деятельности детей в летний период является связующим звеном между школьной и социальной педагогикой, основанными на принципах гуманизма, толерантности, демократии.</p> <p>Программа может быть реализована при наличии: материально-технического обеспечения, педагогических кадров, организации качественного питания и медицинского сопровождения. Главное направление летней профильной смены – <i>организация спортивно-оздоровительной деятельности с детьми и подростками, состоящими на профилактическом учете.</i></p> |

## Паспорт программы

|   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | <b>Полное название Программы</b> | Программа профильной летней спортивно – оздоровительной смены «Чемпион» с дневным пребыванием детей на базе МБОУ «Пановская СОШ» с. Паново                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2 | <b>Исполнители программы</b>     | Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей Детско-юношеская спортивная школа с. Паново                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 3 | <b>Адрес, телефон</b>            | Омская обл., с. Паново, ул. Советская, 4<br>8(838167) 3-5-1-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4 | <b>Нормативные документы</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Закон «Об образовании РФ»</li> <li>– Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г</li> <li>– Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей 30.09.1990г</li> <li>– Конституцией РФ</li> <li>– Законом РФ «Об образовании»</li> <li>– Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ</li> <li>– Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ</li> <li>– Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ</li> <li>– Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Министерства Образования РФ от 13.07.2001 г. № 2688</li> <li>– Положение о лагере дневного пребывания</li> <li>– Правила по технике безопасности, пожарной безопасности</li> <li>– Инструкции по организации и проведению туристических походов и экскурсий</li> <li>– Должностные инструкции работников</li> <li>– Санитарные правила о прохождении медицинского</li> </ul> |

|    |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                     | <p>осмотра</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Заявления от родителей</li> <li>– Акт приемки лагеря</li> <li>– Планы работы</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 5  | <b>Цель программы</b>               | Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей, профилактика асоциального поведения детей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 6  | <b>Направление Деятельности</b>     | Спортивно - оздоровительное                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 7  | <b>Количество, возраст Учащихся</b> | 15 обучающихся с 7 до 17 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 8  | <b>Сроки реализации программы</b>   | Одна смена                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 9  | <b>Оценка Эффективности</b>         | Снижение численности детей, стоящих на профилактических учетах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 10 | <b>Ожидаемые результаты</b>         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья</li> <li>2. Увеличение численности детей, участвующих в спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.</li> <li>3. Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.</li> <li>4. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.</li> <li>5. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.</li> <li>6. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.</li> <li>7. Приобретение новых знаний и умений (разучивание песен, игр)</li> <li>8. Расширение кругозора детей.</li> <li>9. Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.</li> </ol> |

|  |  |                                       |  |
|--|--|---------------------------------------|--|
|  |  | 10. Личностный рост участников смены. |  |
|--|--|---------------------------------------|--|

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летняя профильная смена с дневным пребыванием детей.

Профильная смена – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно-значимая, спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Профильная смена дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Народная мудрость гласит: «В здоровом теле – здоровый дух». Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Поэтому особое внимание уделяется физкультуре и спорту.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, нравственное, эстетическое, патриотическое, гражданское.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому – каждый день праздник», – гласит восточная мудрость. Вот поэтому мы взяли для нашей смены физкультурно-спортивное направление. Считаем, что в основе игротеки летней профильной смены должны быть спортивные и подвижные игры, а также познакомить детей с историей Олимпийских игр, что соответствует профилю нашего учебного заведения.

**Главная идея программы:** научить детей быть здоровыми, физически крепкими.

Результативность программы выявляется при помощи данных анкетирования, проведения соревнований, конкурсов, викторин.

Данная программа **по своей направленности** является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительной смены.

По **продолжительности** программа является краткосрочной, реализуется в течение одной профильной смены.

**Основной состав профильной смены** – это учащиеся образовательных учреждений в возрасте 7–17 лет. При комплектовании приглашаются дети из категории «трудные» и группа «риска», а также дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации.

## **Цель и задачи программы**

**Цель** - организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей, профилактика асоциального поведения детей.

### **Задачи:**

1. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Систематические занятия физической культурой и спортом всех детей смены «трудных» и группы «риска»
3. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
4. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
5. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.

## **Принципы, используемые при планировании и проведении профильной смены.**

- Безусловная безопасность всех мероприятий.
- Учет особенностей каждой личности.
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками смены.
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности профильной смены.
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками профильной смены.
- Ежедневные совещания с возможностью для каждого участника высказать свое мнение о прошедшем дне.
  - Утренняя гимнастика (зарядка).
    - Спортивные и подвижные игры на свежем воздухе
    - Эстафеты, спортивные игры, «Веселые старты»).

## **Содержание и формы реализации программы.**

Современных детей объединяет желание быть значимыми для себя и полезными для других, им нужна забота, понимание и внимание взрослых. Правильная организация деятельности детей в летний период является связующим звеном между школьной и социальной педагогикой, основанными на принципах гуманизма, толерантности, демократии.

Реализация программы возможна с помощью обеспечения педагогическими кадрами, организации качественного питания и медицинского обеспечения. Расширение знаний об охране здоровья.

*Основные формы организации:*

*Для оздоровления детей созданы следующие условия:*

### *1. Материально-техническое обеспечение*

1. Спортивный зал;
2. Спортивные площадки;
3. Медицинский кабинет;

### *2. Кадровое обеспечение*

1. Тренер-преподаватель.
2. Медсестра.
3. Повара.

### *3. Финансовое обеспечение*

1. Областная субвенция

## **Этапы реализации программы.**

Детям предлагается «построить» «Спортивный городок», в котором их ждёт много приключений, множество интересных и увлекательных встреч, в котором будут жить все дружно, заботясь, друг о друге и об окружающих, и при этом, развивая свои физические качества.

I этап - организационный, который называется «Создание Спортивного городка» – места для проживания спортсменов (участвуют все дети). Строительство «Спортивного городка» – дети, воспитанники лагеря создают команду. У команды есть свой староста. Обязанности участников строительства такого городка определяются старостой «Спортивного городка» и воспитателем лагеря - составление графика дежурства, выявление талантов, желаний и способностей. «Знакомство с планом строительства «Спортивного городка» – основные дела «команды и старост».

I этап - основной – строительство « Спортивного городка». Каждый день жители проводят свои интересные дела или участвуют в общих делах. Все это отражается на физическом росте спортивных качеств каждой команды. Итоги каждого дня подводятся на «Полянке» у «Олимпийского огня», где каждому в команде в качестве поощрительного приза дарятся бумажные медальки.

III этап - заключительный этап – последний день лагерной смены. Проводится презентация « Спортивного городка»: подведение итогов работы спортивных команд. Так «Спортивный городок» возрожден. Составляются списки ребят для награждения дипломами « Спортивного городка». Готовится угощение и подарки.

### Критерии эффективности программы.

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условиях разработаны следующие критерии эффективности:

- Постановка реальных целей и планирование результатов программы;
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат;
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;
- Творческое сотрудничество взрослых и детей.

### План работы профильной смены «Чемпион»

| Дата   | Мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        | <b>День таланта.</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1 день | <p>-организационные мероприятия «Здравствуй, спортивный город!»;</p> <p>-игра «Расскажи мне о себе»;</p> <p>-анкетирование «Чего я ожидаю от лагеря»;</p> <p>-конкурс рисунков;</p> <p>-занятие «Олимпийский резерв» - спортивная эстафета;</p> <p>-игры в шахматы, шашки;</p> |
| 2 день | <p><b>О спорт, ты - мир!</b></p> <p>-подготовка к открытию лагерной смены: конкурс рисунков «Здравствуй, лето!»;</p> <p>-тематическое занятие «Олимпийский резерв» - знакомство с историей Королевы спорта - Легкой атлетикой;</p> <p>-соревнования по легкой атлетике.</p>    |

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 день | <p align="center"><b>День профилактики противоправных действий подростков</b></p> <p>-беседа «Движение по обочине дороги»;</p> <p>-встреча с медицинским работником «Солнечный ожог»;</p> <p>-встреча с инспектором ОД и КППН – беседа «Предупреждение противоправных действий»</p> <p>- соревнования «мы против вредных привычек» - полоса препятствий, стрельба из пневматической винтовки, пистолета, метание дротиков, колец, настольный теннис</p> |
| 4 день | <p align="center"><b>День велосипедиста</b></p> <p>- поездка в д. Стахановка на велосипедах.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 5 день | <p align="center"><b>День здоровья</b></p> <p>-тематическое занятие «Олимпийский резерв» - беседа об истории футбола;</p> <p>-соревнования по футболу внутри лагеря;</p> <p>-игры в шашки, шахматы, бадминтон;</p> <p>-занятие «Волшебный карандаш»</p>                                                                                                                                                                                                 |
| 6 день | <p align="center"><b>День национальных игр</b></p> <p>-викторина «Особо опасные переходы улиц и дорог»;</p> <p>-шахматно-шашечный турнир;</p> <p>-игра «Лапта»;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7 день | <p align="center"><b>День Рыбака-отказ от табака</b></p> <p>-пеший поход на реку Епишиха;</p> <p>-соревнования для мальчиков « Лучший рыбак»;</p> <p>-конкурс природоохранных знаков;</p> <p>-занятие для девочек «Творческая мастерская»;</p> <p>-выставка поделок из природного материала;</p>                                                                                                                                                        |
| 8 день | <p align="center"><b>День вожатого</b></p> <p>-знакомство с историей игровых видов спорта. «День пионербола»;</p> <p>-спортивная игра «Олимпийский резерв»;</p> <p>-игры народов мира;</p> <p>-встреча с медработником и беседа на тему: «Гигиена тела»</p>                                                                                                                                                                                             |

|      |                            |
|------|----------------------------|
| 9    | <b>День Олимпиады</b>      |
| день | -спартакиада – «Лето-2023» |
| 10   | <b>День мастерства</b>     |
| день | - выставка поделок;        |

| <b>Дата</b> | <b>Мероприятия</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | <b>День таланта.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 11<br>день  | -конкурс рисунков;<br><br>-занятие «Олимпийский резерв» - спортивная эстафета;<br><br>-игры в шахматы, шашки;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 12<br>день  | <b>О спорт, ты - мир!</b><br><br>--тематическое занятие «Олимпийский резерв» - знакомство с историей Королевы спорта - Легкой атлетикой;<br><br>-соревнования по легкой атлетике.                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 13<br>день  | <b>День профилактики противоправных действий подростков</b><br><br>-беседа «Движение по обочине дороги»;<br><br>-встреча с медицинским работником «Солнечный ожог»;<br><br>-встреча с инспектором ОД и КППН – беседа «Предупреждение противоправных действий»<br><br>- соревнования «мы против вредных привычек» - полоса препятствий, стрельба из пневматической винтовки, пистолета, метание дротиков, колец, настольный теннис |
| 14<br>день  | <b>День велосипедиста</b><br><br>- поездка в д. Стахановка на велосипедах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 15<br>день  | <b>День здоровья</b><br><br>-тематическое занятие «Олимпийский резерв» - беседа об истории футбола;<br><br>-соревнования по футболу внутри лагеря;<br><br>-игры в шашки, шахматы, бадминтон;<br><br>-занятие «Волшебный карандаш»                                                                                                                                                                                                 |
| 16<br>день  | <b>День национальных игр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|            |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            | -викторина «Особо опасные переходы улиц и дорог»;<br>-шахматно-шашечный турнир;<br>-игра «Лапта»;                                                                                                                                                      |
| 17<br>день | <b>День Рыбака-отказ от табака</b><br>-пеший поход на реку Епишиха;<br>-соревнования для мальчиков « Лучший рыбак»;<br>-конкурс природоохранных знаков;<br>-занятие для девочек «Творческая мастерская»;<br>-выставка поделок из природного материала; |
| 18<br>день | <b>День вожатого</b><br>-знакомство с историей игровых видов спорта. «День пионербола»;<br>-спортивная игра «Олимпийский резерв»;<br>-игры народов мира;<br>-встреча с медработником и беседа на тему: «Гигиена тела»                                  |
| 19<br>день | <b>День Олимпиады</b><br>-спартакиада – «Лето-2023»                                                                                                                                                                                                    |
| 20<br>день | <b>День мастерства</b><br>- выставка поделок;                                                                                                                                                                                                          |
| 21<br>день | <b>- День закрытия лагеря</b><br>-анкетирование « Что я получил за время пребывания в лагере»;<br>-праздник «До свидания, лагерь!»<br>-Закрытие лагеря.                                                                                                |

## Распорядок дня летней профильной смены

### « Чемпион»

*В ходе лагерной смены предусмотрен следующий режим работы:*

Сбор детей – 8.30 – 9.00

Линейка – 9.10 – 9.20

Утренняя зарядка – 9.00 – 9.10

Завтрак – 9.20 – 10.00

Организация разносторонней деятельности – 10.00 – 11.30

Кросс 1.5 км. - 11.30-12.00

Игры на свежем воздухе, спортивные мероприятия – 12.00 – 13.00

Кросс 1.5 км. - 13.00-13.15

Обед – 13.15 – 13.30

Спортивный час – 13.30 – 14.30

Подведение итогов дня – 14.30