**ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ**

**ЛЕТНЕГО СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

**ASHIHARA INTERNATIONAL KARATE**

**« ВЫЗОВ ПРЕДЕЛАМ»**

1. **ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Лагерь пройдет с **10.08.** по **24.08.2019** года (15 дней)

Адрес: Московская область, Пушкинский район, д. Введенское,

 **«Оздоровительно-образовательный Центр «Родник»**

* **СБОР – 10.08.2019 в 08:30**
* **ОТЪЕЗД – 10.08.2019 в 09:00**
* **м. «ВЫХИНО» ул. Вешняковская дом 22 (ориентир «Макдоналдс»)**
* **ПРИЕЗД – 24.08.2019 в 13:00 ул. Вешняковская дом 22.**
1. **НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ**
* медицинская справка (форма №079/У), заверенная печатью и подписью выдавшего ее учреждения, с указанием перенесенных заболеваний, проведенных прививок, с отметкой об осмотре на педикулез, с указанием диагноза и группы здоровья.
* справку об отсутствии контактов с инфекционными заболеваниями;
* данные анализа кала на яйца гельминтов и простейших, соскоб на энтеробиоз (справка действительна две недели);
* копию страхового медицинского полиса ОМС;
* копию свидетельства о рождении (для детей до 14 лет);
* копия паспорта (для детей с 14 лет)
1. **ИНФРАСТРУКТУРА**

Расположен на 9,4  га, территория под круглосуточной охраной, оснащена системой видеонаблюдения и автоматической системой  предупреждения пожара.

**На территории:**

4 спальных корпуса,

клуб на 300 мест;

библиотека, работают кружки по интересам,

крытый бассейн, спортзал, тренажерный зал, настольный теннис.

дискотека, кинозал.

 **Проживание:**

4-х местное размещение, удобства на этаже.

 В комнате: кровати, тумбочки, встроенный шкаф.

 Санитарные комнаты отдельны для М и Ж.

 (туалеты, душевые кабины, умывальные раковины) на этаже.

В каждом холле также имеется кулер с родниковой водой, где соблюдается питьевой режим, телевизор, холодильник.

 **Бытовое обслуживание:**

 Влажная уборка в комнатах - два раза в день, производится обслуживающим персоналом Центра.

 Смена белья - 1 раз в 7 дней.

 Холодная, горячая вода круглосуточно.

 Питьевой режим.

 **Питание:**

 5-ти разовое питание (завтрак, обед, ужин + полдник и пятое питание). Столовая состоит из двух залов и рассчитана на обслуживание 300 человек в смену. Ежедневный рацион разработан в соответствии с Санитарно-Эпидемиологическими требованиями к организации работы детских оздоровительных лагерей.

 **Медицинское обслуживание:**

На территории лагеря имеется отдельно стоящий медицинский корпус с оборудованным медицинским кабинетом и изолятором.

Врач и медицинская сестра в период заезда работают круглосуточно.

1. **ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС.**

**ЕЖЕДНЕВНО**

* Зарядка.
* 1 – ая тренировка (функциональная) повышение скоростно – силовых качеств, развитие выносливости, развитие и совершенствование основных физических умений и навыков. Направлена на подготовку спортсмена к соревновательному сезону и успешной сдаче аттестационного экзамена.
* 2 – ая тренировка (техническая) направлена на повышение технических характеристик спортсмена , совершенствование техники Ашихара – каратэ, подготовка к успешной сдачи аттестационного экзамена.
* **23.08.2019 пройдет аттестационный экзамен по**

 **ASHIHARA INTERNATIONAL KARATE**

 **с 10 по 1 кю включительно!!!**

 Осуществление тренировочного процесса проводят инструктора Московского отделения

**ASHIHARA INTERNATIONAL KARATE ORGANISATION**

* Анатолий Зыкин – мастер спорта по всестилевому каратэ, 4 дан AIKO, официальный представитель AIKO в России.
* Сарван Бабаев – мастер спорта по всестилевому каратэ, 3 дан AIKO,

Чемпион мира по Ашихара – каратэ.

**Необходимые вещи для тренировок**

* Кимоно, щитки, перчатки, шлем,туристический коврик.
* Головной убор, спортивный костюм, мягкая обувь (кроссовки)
* Плавательные принадлежности для бассейна

 (шапочка, плавки, сланцы, полотенце)

1. **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.**

**Уважаемые родители!!!**

Позвольте напомнить Вам, что летний спортивно - оздоровительный лагерь – это не детский сад и не детские ясли. В лагере нет нянек, мойщика и банщиков, ребенок любого возраста должен уметь обслуживать себя сам: умываться, мыться, заниматься личной гигиеной, убирать постель, следить за сохранностью своих вещей и т.д.

 Ребенок должен знать свои вещи (желательно их пописать).

**РОДИТЕЛИ ОБЯЗАНЫ**

 - проинструктировать детей о правилах поведения во время пребывания ребенка в ООЦ «Родник». Дети, нарушающие режим лагеря (курение, распитие спиртных напитков, самовольный выход за территорию лагеря, драки, нецензурная речь, воровство и порча имущества) исключаются из лагеря без возмещения стоимости путевки. Имущественный ущерб, нанесенный лагерю, оплачивается родителями.

Посещение детей родителями и другими родственниками в обычные дни разрешается только с 10.00 до 13.00 или с 17.00 до 19.00.

**Посещение в тихий час (с 14.00 до 16.00) и после отбоя (с 22.00) ЗАПРЕЩЕНО!!!**

**Гостинцы, рекомендуемые для передачи детям:**

 конфеты (карамель), сушки, печенье сухое, желательно в фабричной упаковке, овощи и фрукты обязательно мытые.

**Категорически запрещено:**

 Мясные и рыбные изделия, консервы, молочные продукты.

Сладкая газированная вода (Пепси, Фанта, Кола и т.д.)

Конфеты шоколадные, шоколад, выпечные изделия с кремом,

 Колбаса, яйца, салаты, курицу, орехи, семечки, сырые овощи.

1. **ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ.**

**Стоимость лагеря 29.900 рублей.**

**Сбор денег строго до 1 июня.**

 В стоимость входит:

* Трансфер (автобус туда и обратно)
* Проживание 15 дней
* 5 – ти разовое калорийное питание
* Тренировочный процесс
* Памятный сувенир
* Инструкторский сбор.

 **ВНИМАНИЕ**

**Аттестационный экзамен не входит в стоимость лагеря и оплачивается отдельно при регистрации.**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ПО**

**ТЕЛЕФОНАМ**

**8 (909) 160 – 48 – 94 Анатолий Зыкин**

**8 (985) 758 – 86 – 66 Сарван Бабаев**