



Самарский региональный центр
для одаренных детей

**Специализированная
профильная смена
«Бокс-7,8»**

18 марта – 27 марта 2024 года

РАСПОРЯДОК ДНЯ

Время	ВЕГА 5
8.00-8.30	Подъем. Водные процедуры
8.30-8.45	Завтрак
8.45-10.50	Занятия Интеллектуально-развивающие активности. Общеобразовательные предметы
11.00-12.45 16.00-18.00	Занятия: Погружение в модуль
12.45-13.00	Обед
14.00-15.00	Самоподготовка. Тихий час.
16.00-18.00	Занятия: Погружение в модуль
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Интеллектуально-развивающие активности
20.30-21.00	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ПОНЕДЕЛЬНИК 18 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.30-10.00	Заезд участников смены
10.10-10.50	ОП: история. Кабинет 400 В.К. Пелькова
11.00-11.40	ОП: математика. Кабинет 400 Е.В. Ушакова
11.50-12.30	ОП: литература. Кабинет 400 Е.Р. Логинова
12.30-12.45	Ланч + Обед
12.45-13.25	ОП: иностранный язык. Кабинет 400 С.А. Комарова
13.35-14.15	ОП: русский язык. Кабинет 400 М.С. Плетнева
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ВТОРНИК 19 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-8.40	Завтрак
8.40-9.20	ОП: биология. Кабинет 400 О.А. Красовская
9.25-10.05	ОП: физика. Кабинет 400 Г.Н. Смаль
9.30-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Ланч + Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Открытие смены Кабинет 203 (лекционный зал)
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

СРЕДА 20 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.20-10.00	ОП: математика. Кабинет 400 Е.В. Ушакова
10.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Ланч + Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ЧЕТВЕРГ 21 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Ланч + Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ПЯТНИЦА 22 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-12.45	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие. Рекреации
12.45-13.00	Обед
13.00-18.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие. Рекреации
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

СУББОТА 23 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ВОСКРЕСЕНЬЕ 24 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ПОНЕДЕЛЬНИК 25 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»

ВТОРНИК 26 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.30	Кружковая работа. Тьюторское мероприятие
11.00-12.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
12.30-12.45	Обед
12.45-14.30	Кружковая работа. Прогулка. Самоподготовка. Тьюторское мероприятие
14.30-15.30	Самоподготовка. Тихий час
16.00-18.30	Погружение в модуль В.Ю. Голодяев/Ю.П. Овчинников Зал СП «Орбита»
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Тьюторское мероприятие
20.30-21.30	Операция «Ревизорро»
21.00-22.00	Самоподготовка
22.00-22.30	Свободное время
22.30	Отбой

СРЕДА 27 марта 2024 года

Время	ВЕГА 5
7.00-7.30	Подъем. Водные процедуры
7.30-8.00	Зарядка
8.30-9.00	Завтрак
9.00-10.00	Закрытие смены. Вручение сертификатов
10.00	Отъезд участников

Руководитель смены



Юлдашев Руслан
Бахтиярович, мастер
спорта России, финалист
чемпионата мира среди
студентов, призер
чемпионатов и кубков
России по боксу

Ведущие преподаватели смены



Голодяев Валерий Юрьевич,
тренер отделения бокса МБУ
ДО «Спортивная школа № 3
им. ЗМС СССР В.А. Шишова»,
г.о. Самара

**Расписание дня участников специализированной профильной смены
«Бокс-7,8»**



**Овчинников Юрий
Павлович, тренер-
преподаватель, мастер
спорта по восточным
единоборствам**