

ТРЕНИРОВОЧНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ (ТМ) ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ
в период с 28 апреля по 01 мая 2018 года на базе ОК «Университетский»

1	Сроки ТМ	• с 28 апреля по 1 мая 2018 г. (4 дня)	
2	Цели ТМ	• повышение мотивации к занятиям спортивным ориентированием, • сплочение детских спортивных коллективов, • совершенствование ОФП и СФП, техники спортивного ориентирования бегом, • совершенствование модели участия в официальных соревнованиях, • повышение спортивного мастерства, выполнение спортивных разрядов.	
3	Руководство ТМ	• СДЮСШ ОР № 2 Санкт-Петербургского городского Дворца творчества юных. • Городское учебно-методическое объединение педагогов дополнительного образования и тренеров-преподавателей по спортивному ориентированию КО Санкт-Петербурга.	
4	Заезд и отъезд с ТМ	• Самостоятельно можно прибывать не ранее 11:00 мск 28 апреля 2018 года и уезжать не позднее 17:00 мск 01 мая 2018 года.	
		Проезд на общественном транспорте: * от Финляндского вокзала доехать до ж/д ст. «Зеленогорск», далее – на автобусе К 483а до остановки «17-й километр», далее 250 метров пешком. Отправление К 483а от ж/д вокзала г. Зеленогорска: 06:30, 10:45, 13:54, 16:54 Стоимость проезда 110 рублей. * от ст. м. «Гражданский пр.» маршрутное такси № 827 до остановки «17-й километр», далее 250 метров пешком. Отправление К – 827 каждый час, начиная с 06:00 и до 22:00. Стоимость проезда 180 рублей.	Проезд на автомобиле: * от Санкт-Петербурга до Зеленогорска, далее по Приморскому шоссе до поселка Серово. У развилки перед рекой «Черная речка» - налево. После моста – повернуть направо (ориентироваться на дорожный указатель «Поляны»). Двигаться до указателя «17-й километр». Через 50 м - поворот направо до указателя ОК "Университетский". GPS координаты: Широта (Lat) Долгота (Lng) 60.2841949 29.3261776
5	Медосмотр	• В день заезда в медицинском кабинете ОК «Университетский».	
6	Медицинские и пр. документы	<u>детям иметь на медосмотре:</u> • медицинская карта (форма О76У) из школы для загородного лагеря со сведениями о группе здоровья, физкультурной группе, прививках (клещевой энцефалит, АКДС, корь, паротит, краснуха, Манту) и о наличии/отсутствии карантина в классе (школе); • анализы кала на я/глист, цисты лямблий; • соскоб на энтеробиоз; • справка об эпидблагополучии по месту жительства (получать в районной поликлинике за сутки до приезда в лагерь); • копия медицинского полиса (две стороны); • копия свидетельства о рождении или паспорта.	
		<u>Тренерам:</u> паспорт, медицинская книжка, • копия приказа по учреждению о направлении педагога /ов/ на ТМ с точными датами пребывания в ОК «Университетский»; • оформленную именную заявку на группу для участия в соревнованиях и тренировках за территорией лагеря.	
7	Финансовые условия	<u>Детям:</u> приобретение путевок осуществляется с 1 по 28 апреля в профсоюзной организации СПбГУ по адресу: Санкт-Петербург, Университетская набережная, дом № 7/9, контактные данные ответственного - Артамонова Татьяна Владимировна (м.т.89216521354). Примерная стоимость пребывания одних суток в лагере 1300 руб.	
		2. Услуги по организации тренировочного процесса - 300 р. (2 дн. x 150 руб.)	Средства возможно перевести в качестве пожертвования на уставную деятельность СДЮСШ ОР № 2 «СПБ ГДТЮ». Договор и квитанция в Приложении 3 и 4.
		<u>Тренерам:</u> тренеры и сопровождающие оплачивают питание из расчета 650 руб./день, проживание - 450 руб./день. При численности группы детей в 15 чел. и более один тренер оплату за питание и проживание не производит. Уточняйте данную информацию у Артамоновой Татьяны Владимировны (м.т.89216521354) - ответственного лица ОК «Университетский».	
8	Комплектование ТМ	1. СДЮСШ ОР № 2 «СПБ ГДТЮ» - 66 человек. 2. Резерв свободных мест – до 150	

		Бронирование мест в ОК «Университетский» осуществляется через профсоюзную организацию СПбГУ по адресу: Санкт-Петербург, Университетская набережная, дом № 7/9, Контактное лицо - Артамонова Татьяна Владимировна (м.т.89216521354).	
9	Проект плана ТМ	Рабочий план будет сформирован по итогам тренерских предложений в ходе работы ГУМО по спортивному ориентированию.	
		ПРОЕКТ ПЛАНА	
		До обеда	После обеда
		28 апреля	
		Заезд, размещение участников, кроссовая или модельная тренировка	Модельная тренировка на 2-х полигонах. Вечерняя программа ОК «Университетский»
		29 апреля	
		Модельная тренировка на 3-х полигонах.	Модельная тренировка на 3-х полигонах. Вечерняя программа ОК «Университетский»
		30 апреля	
		Соревнование «Первенство СДЮСШ ОР № 2 ГБНОУ «СПБ ГДТЮ» в дисциплине «кросс-классика».	Модельная тренировка на 3-х полигонах. Вечерняя программа ОК «Университетский»
		1 мая	
		Соревнование «Первенство СДЮСШ ОР № 2 ГБНОУ «СПБ ГДТЮ» в дисциплине «кросс-спринт».	Сдача помещений, отъезд участников
10	Экипировка спортсмена должна включать:	Демисезонную одежду и обувь для улицы. • Одежду и обувь для нахождения в помещении. • Одежду, обувь и инвентарь для тренировок в кроссовом беге, в спортзале. • Гигиенические принадлежности. • Снаряжение ориентировщика (компас, спортивный дневник и пр.).	

По всем организационным вопросам можно обращаться к руководителю тренировочного мероприятия – директору СДЮСШ ОР № 2 «СПБ ГДТЮ» Абрамчуку Михаилу Анатольевичу, конт. тел. 8-921-897-11-56, (812)570-37-73