

## ИГРАЕМ ПО ОЛИМПИЙСКИМ ПРАВИЛАМ

Тебе нравится смотреть, как спортсмены соревнуются между собой на летних и зимних Олимпиадах? А знаешь ли ты, с чего все начиналось? Как стать великим спортсменом, и каких спортивных принципов придерживаются все спортсмены мира? В нашей смене ты сможешь узнать об этом! На берегу тёплого Чёрного моря, под жарким ласковым солнцем ты познакомишься с Олимпийским движением и выдающимися спортсменами, а также попробуешь пройти путь подготовки настоящего спортсмена. Всё это ты сделаешь совместно со своими друзьями в нашей «Олимпийской деревне»!

Мы ждём на нашу смену победителей и призеров всероссийских олимпиад и конкурсов по физической культуре, активных участников всероссийских акций по пропаганде здорового образа жизни и спорта, активистов общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.

### **Чем мы будем заниматься, что узнаем и чему научимся**

С первых дней смены ты окунешься в удивительный мир спорта! Наше путешествие начнётся с *«огонька» знакомства «Олимпийскими чемпионами не рождаются»*, а после ты со своей командой сможешь проявить себя в совместном деле *«Моя олимпийская команда»*.

*Квест «Орлёнок – территория спорта»* расскажет тебе и твоим друзьям об «Орлёнке», его законах и традициях, об окружающей природе и архитектуре. А на *презентационной площадке «Олимпийскому движению быть»* ты узнаешь обо всех спортивных событиях, которые ждут тебя в смене, и какое количество участников примет в них участие. На *торжественном открытии смены «На старт!»* ты узнаешь о многообразии пространств и направлений деятельности, которыми ты можешь заниматься в течение 21-го дня.

В смене перед твоей командой будет стоять ответственная задача – показать на *«Фестивале спортивной игры»*, на что вы способны. Для этого нужно активно готовиться к спортивным состязаниям. В этом тебе помогут твои вожатые и специалисты смены. Они проведут для тебя ряд спортивных игр, и ты сам выберешь, какие из них войдут в программу нашего Фестиваля. Помимо этого тебя ждёт курс занятий по подводным и подготовительным упражнениям, чтобы во время состязаний ты был во всеоружии. Хороший заряд на успех ты приобретешь на *«Вечерах побед»*, где познакомишься с выдающимися спортсменами России и Олимпийскими чемпионами.

Кроме этого, ты сможешь узнать всё о правильном питании и правилах составления сбалансированного меню. А если проявишь желание, то тебя ждут Школа юного судьи и Школа болельщика. Ребята, которые знают много об истории спорта, могут стать экскурсоводами в настоящем Музее спорта. Юные гиды проведут экскурсии по экспозициям «На холмах Олимпии», «От древней Греции к

современному Олимпийскому движению», «Олимпийский огонь в «Орлёнке», «Жаркие. Зимние. Твои».

В смене будет много ребят из разных уголков России, а также других стран. Нам кажется, что тебе будет интересно узнать, какие спортивные игры популярны у них на родине. В этом тебе помогут твои товарищи в *дне спортивно-этнических игр «Игры, в которые играет мир»*. Уверены, что тебе тоже есть что показать!

Какое же лето без рекордов? Каждое утро тебя будут ждать пробежки по берегу моря и территории «Орлёнка». А установить рекорд по количеству отжиманий, приседаний и прыжков на скакалке в детском лагере ты можешь в *День рекордов «Олимпийской деревни»*, по итогам которого твоё имя может быть занесено в *«Книгу рекордов Олимпийской деревни»*. Ты даже сможешь сдать «Орляцкий норматив», чтобы подготовиться к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Помимо спорта тебя ждут различные тематические занятия, на которых ты узнаешь много нового и интересного о Чёрном море, Краснодарском крае и ВДЦ «Орлёнок». Ты посетишь экскурсии, примешь участие в походах, ночёвках, сможешь побывать на пожарно-технической выставке. На тематических занятиях в астрономической обсерватории у тебя будет возможность понаблюдать за Солнцем, а на занятиях в Доме авиации и космонавтики ты узнаешь о способах подготовки настоящих космонавтов.

Участвуя и побеждая в различных конкурсах и делах смены, ты сможешь войти в число «Почётных жителей Олимпийской деревни». Сертификат, подтверждающий это звание, ты получишь из рук начальника детского лагеря перед всеми участниками фестиваля на *линейке закрытия смены «Финиш!»*. Эта награда и многие другие войдут в твоё индивидуальное портфолио, которое ты будешь собирать на протяжении всей смены.

### **К чему готовиться, и что взять с собой**

Обязательно возьми с собой спортивную форму и спортивную обувь! Также советуем собрать информацию об известных людях спорта твоей малой родины, чтобы можно было поделиться этой информацией с друзьями.

Не забудь вечерние наряды. И главное, положи в свой чемодан купальный костюм!

Чтобы запечатлеть на память всё, что будет происходить с тобой в смене, обязательно возьми фотоаппарат или телефон с фотокамерой, и тогда ты увезёшь из лагеря самые яркие фото своего орляцкого лета.

Захвати с собой хорошее настроение, огромное желание стать сильнее, выше, быстрее и приезжай к нам на тёплое Чёрное море! Мы ждём тебя!