**Trường DHTDTT TPHCM**

**Trung tâm bóng đá Nam Việt**

**Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam**

**Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

**KẾ HOẠCH TRẠI HÈ THỂ THAO CHO HỌC VIÊN NAM VIỆT**

**I. Mục đích**

- Là một hoạt động thiết thực, vui khỏe, tăng kỹ năng sông, và giúp các em có thêm nhiều người bạn mới

- Trại hè thể thao là một hoạt động giúp các em làm quyen với cuộc sống xa gia đình, tự lập, tự làm chủ bản thân, quý trọng cuộc sống gia đình hơn.

- Học tập thêm nhiều môn thể thao mới, nâng cao các môn thể thao yêu thích, thông qua các buổi tập và thi đấu giải, phát hiện và bồi dưỡng các nhân tài thể thao cho nước nhà

- Trang bị những kỹ năng sống cần thiết: như bơi lội, võ tự vệ…

**II. Thời gian, địa điểm và kinh phí.**

Thời gian: Từ ngày 15/6/2022 đến ngày 25/6/2022

Địa điểm: Trường Đại học TDTT TPHCM – kp 6, Linh Trung, Thủ Đức, TPHCM.

Kinh phí: 3.000.000đ/học viên

Điện thoại liên hệ: 0902 00 27 28 – Thầy Dương; 086 288 71 79 – Thầy Thân

STK: Mai Duy Thân 19030157084019- Techcombank, Thủ Đức.

**III. Kế hoạch cụ thể và tư trang cá nhân.**

**3.1. Hoạt động một ngày:**

-Từ ngày 26/6-28/6/2022, các em học tập theo chương trình và thi đấu giải kéo co, nhảy giây, nhảy ba bố, chạy tiếp sức.

-Từ ngày 29-30/6/2022, các em học tập theo chương trình và thi đấu giải cờ tướng, cờ vua.

-Từ ngày 1/7-4/7 các em học tập theo chương trình và thi đấu giải bóng rổ, bóng chuyền, bơi lội.

-Sáng ngày 5/7/2022 các em thi đấu giải bóng đá, buổi trưa liên hoan, trao các giải thưởng và bế mạc.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Hoạt động** | **Địa điểm** | **Tư trang** |
| 6h00-6h30 | Thể dục, Võ tự vệ | Sân trường | Quần áo, giày |
| 6h30-7h00 | Vệ sinh cá nhân | Phòng ở | Trong ba lô cá nhân |
| 7h15-7h45 | Ăn sáng | Nhà ăn trung tâm |  |
| 8h30-9h30 | Tập bóng đá | Sân bóng đá | Giày bóng đá |
| 9h30-10h30 | Tập bóng rổ | Sân bóng rô | Giày thể thao |
| 10h30-11h00 | Tắm giặt | Phòng ở | Dầu gội, xà bông tắm |
| 11h15-11h45 | Ăn trưa | Nhà ăn trung tâm |  |
| 12h00-13h30 | Ngủ trư | Phòng ở |  |
| 14h00-15h00 | Học cờ vua | Tại phòng cờ |  |
| 15h30-17h00 | Tập bóng đá | Sân bóng đá |  |
| 17h00-18h00 | Bơi lội | Hồ bơi | Quần áo bơi, kính bơi |
| 19h00 | Ăn tối | Nhà ăn trung tâm |  |
| 20h00 | Sinh hoạt chung | Văn phòng đoàn |  |
| 21h00 | Đi ngủ | Phòng ở |  |

**3.2. Tiêu chuẩn ăn ở và học tập:**

-Tất cả các em sẽ ăn ở trong khuân viên khép kín của trung tâm huấn luyện thể thao Quốc Gia TpHCM.

-Toàn bộ chương trình học tập do giảng viên Trường ĐH TDTT TPHCM đứng lớp.

**3.3. Học viên mang theo:**

-Quần áo sinh hoạt và tập luyện thể thao, giày bóng đá, giày ba ta, quần áo kính bơi, các vật dụng sinh hoạt cá nhân, bàn chải, khăn tắm, xà bông, cờ tướng, cờ vua, cờ vây, vợt bóng bàn, cầu long, sữa, đồ ăn vặt…….

*Lưu ý: Chi phí tiền ở nhà nghỉ Trung tâm huấn luyện thể thao Quốc gia TPHCM là* ***100.000/1em/1 ngày****. Tiền ăn là* ***100.000/1 em/1 ngày.*** *(Tiền thuê sân bóng tập sáng chiều, tiền thuê hồ bơi các buổi chiều, tiền học cờ vua, võ thuật, tiền HLV giảng dạy, tiền HLV ở quản lý học viên tổng là* ***1.000.000/1 em****. Như vậy chi phí dự kiến mỗi em là* ***3.000.000****. Kính mong Quý PH cho ý kiến để trung tâm lập kế hoạch thực hiện.*

**TpHCM ngày 1 tháng 6 năm 2022**

**PGĐ Trung tâm bóng đá Nam Việt**

Th.s Mai Duy Thân