**План работы на март Центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Кизнерском районе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Наименование мероприятия** | **Сроки выполнения** | **Место проведения** | **Ответственные**  |
| 1 | Коллективное тестирование обучающихся и сотрудников МБОУ «Верхнебемыжская ООШ» | 2 марта | МБОУ «Верхнебемыжская ООШ» | Суворова Г.В.Гуляев И.С.Нечаева О.Ю. |
| 2 | Площадка ГТО на районном празднике «Масленица» | 10 марта | РДК «Зори Кизнера» | Суворова Г.В.Гуляев И.С.Нечаева О.Ю. |
| 3 |  Республиканский фестиваль ВФСК ГТО(II-VI возрастных ступеней) | 12 марта  | г.Можга | Суворова Г.В. |
| 4 | Конкурс фотографий и коллажей , посвящённых Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» | в течение месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Гуляев И.С.Нечаева О.Ю. |
| 5 | Коллективное тестирование обучающихся и сотрудников МБОУ «Балдеевская СОШ» | 13 марта | МБОУ «Балдеевская СОШ» | Суворова Г.В.Гуляев И.С.Нечаева О.Ю. |
| 6 | Помощь населению в регистрации на сайте gto.ru | в течение месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Гуляев И.С. |
| 7 | Республиканский фестиваль ВФСК ГТО(VII-XI возрастных ступеней) | 14 марта | г.Сарапул | Суворова Г.В. |
| 8 | Взаимодействие с региональным оператором ГТО в УР по вопросам тестирования населения. | в течение месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В. |
| 9 | Очередной этап тестирования ВФСК ГТО (Передвижение на лыжах 2 км, 3 км Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула. Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине. Рывок гири 16 кг. Челночный бег 3х10 м. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами) | 16 марта | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю.Афонова Р.Г.Гуляев И.С. |
| 10 | Проведение информационной пропаганды, направленной на ведение здорового образа жизни, популяризацию участия в мероприятиях по выполнению испытаний (тестов) ВФСК ГТО  | в течение всего месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю.Афонова Р.Г.Гуляев И.С. |
|  11 | Очередной этап тестирования ВФСК ГТО (Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула. Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине. Рывок гири 16 кг. Челночный бег 3х10 м. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами) | 23 марта | МАУ «ФСК «Юность»(спортзал) | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю.Афонова Р.Г.Гуляев И.С. |
| 12 | Закрытие лыжного сезона (Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км. Передвижение на лыжах 2 км, 3 км) | 24 марта | Лыжная база с. Кизнер | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю.Афонова Р.Г.Гуляев И.С. |
| 13 | Очередной этап тестирования ВФСК ГТО (Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км. Передвижение на лыжах 2 км, 3 км) | 30 марта | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю.Афонова Р.Г.Гуляев И.С. |
| 14 | Планирование работы ЦТ на апрель 2019 года | конец марта | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.Нечаева О.Ю. |

Директор МАУ «ФСК «Юность» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Суворова Г.В.