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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Наименование мероприятия** | **Сроки выполнения** | **Место проведения** | **Ответственные** |
| 1 | «Рождественская лыжная гонка» | 7 января | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Кобелев А.В. |
| 2 | Очередной этап тестирования ВФСК ГТО Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, стоя с прямыми ногами на полу. Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине. Рывок гири 16 кг. Челночный бег 3х10 м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула. Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. | 13 январь | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю.  Кобелев А.В. |
| 3 | Проведение информационной пропаганды, направленной на ведение здорового образа жизни, популяризацию участия в мероприятиях по выполнению испытания (тестов) и нормативов ВФСК ГТО | в течение всего месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю.  Кобелев А.В. |
| 4 | Взаимодействие с региональным оператором ГТО в УР по вопросам тестирования населения. | в течение месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Нечаева О.Ю. Шастин Н.О |
| 5 | Очередной этап тестирования ВФСК ГТО  Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км.  Передвижение на лыжах 2 км, 3 км | 20 января | Лыжная база в селе Кизнер | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю.  Кобелев А.В |
| 6 | Консультирование сотрудников ПЧ-34 по выполнению норм ВФСКГТО. | 22 января | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Нечаева О.Ю. |
| 7 | Конкурс презентаций «Спорт, здоровье, ГТО в моей семье» | конец января | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Нечаева О.Ю. |
| 8 | 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. | 27 января | МАУ «ФСК «Юность»  (спортзал) | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю.  Кобелев А.В |
| 9 | Зимний полиатлон в зачёт спартакиады КФК | 27  января | МБОУ «Кизнерская СООШ» | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю.  Кобелев А.В. |
| 10 | Помощь населению в регистрации на сайте gto.ru | в течение месяца | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Шастин Н.О. |
| 11 | Планирование работы ЦТ на февраль 2018 года | конец января | МАУ «ФСК «Юность» | Суворова Г.В.  Шастин Н.О.  Нечаева О.Ю. |

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