

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО) на 2021 год

На территории городского округа Дегтярск

| ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ | | | | | |
|--|---|--|--------------------------|--|---|
| № п/п | Наименование мероприятия | Дата и место проведения | Возрастные ступени | Виды испытаний | Ответственный за проведение (ФИО, телефон, электронная почта) |
| 1. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Январь – февраль 2021г. Тир ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | 3,4,5,6,7,8,9 | Стрельба из пневматической или электронной винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей на стол или стойку, дистанция 10м. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 2. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Февраль – март 2021г. Лыжная база «Олимп» г. Дегтярск, ул. Головина, 22 | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | Бег на лыжах, передвижение на лыжах. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 3. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Апрель, май, июнь 2021г. Тир ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | 3,4,5,6,7,8,9 | Стрельба из пневматической или электронной винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей на стол или стойку, дистанция 10м. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 4. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Апрель, май, июнь 2021г. Стадион «Горняк» г. Дегтярска, ул. Гагарина, 5 «А» | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | Челночный бег, бег на 30 м., 60м., 100м., 1 км., 2 км., 3 км. Смешанное передвижение на 1км., 2 км., или скандинавская ходьба 3 км, метание спортивного снаряда, прыжок в длину с разбега. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 5. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно- | Апрель, май, июнь 2021г. | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 |

| | | | | | |
|----|---|--|--------------------------|--|---|
| | спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Спортзал ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | | сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, рывок гири 16 кг., наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, метание теннисного мяча в цель. | email: s.gornyak@mail.ru |
| 6. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Май, июнь, июль, август 2021г. Рабочий поселок Вторая Кислянка Лыжная база «Олимп» | 3,4,5,6,7,8,9 | Туристический поход на 5,10,15км. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 7. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Август, сентябрь, октябрь 2021г. Стадион «Горняк» г. Дегтярска, ул. Гагарина, 5 «А | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | Смешанное передвижение на 1км., 2 км., или скандинавская ходьба 3 км. Метание спортивного снаряда, прыжок в длину с разбега. Челночный бег, бег на 30 м., 60м., 100м., 1 км., 2 км., 3 км. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 8. | Проведение тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). | Ноябрь – декабрь 2021г. Спортзал ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, рывок гири 16 кг., наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, метание теннисного мяча в цель. | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

| № п/п | Наименование мероприятия | Дата и место проведения | Возрастные ступени | Виды испытаний | Ответственный за проведение (ФИО, |
|-------|--------------------------|-------------------------|--------------------|----------------|-----------------------------------|
|-------|--------------------------|-------------------------|--------------------|----------------|-----------------------------------|

| | | | | | телефон, электронная почта) |
|----|---|---|-----------|--------------------------------------|--|
| 1. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО, воспитание у младших школьников интереса и потребности к выполнению нормативов ГТО. | <p>Январь, сентябрь 2021г.</p> <p>Дегтярск г., ул. Гагарина, 6 д/с № 1</p> <p>Дегтярск г., ул. Димитрова, 3, д/с № 11</p> <p>Дегтярск г., ул. Куйбышева, 20, д/с № 49</p> <p>Дегтярск, улица Калинина, 16, д/с № 38</p> <p>Дегтярск, Озёрная улица, 16А, д/с № 24</p> <p>Дегтярск, улица Шевченко, 7, д/с № 16</p> <p>Дегтярск, улица Калинина, 30, д/с № 20</p> <p>Дегтярск г., ул. Советская, 33, средняя школа № 23,</p> <p>Дегтярск г., ул. Уральских Танкистов, 12, средняя школа № 30</p> <p>Дегтярск г., пл. Ленина, 9, средняя школа № 16</p> | 1,2,3 | уроки по ГТО в школах, детских садах | <p>МКУ «ФОК»</p> <p>Липовцева Л.А.</p> <p>Тел. 8(34397) 6-34-41</p> <p>email: s.gornyak@mail.ru</p> |
| 2. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО, среди школьников. | <p>Январь – февраль - март 2021г.</p> <p>Дегтярск г., ул. Советская, 33, средняя школа № 23,</p> | 1,2,3,4,5 | уроки по ГТО в школах, детских садах | <p>МКУ «ФОК»</p> <p>Липовцева Л.А.</p> <p>Тел. 8(34397) 6-34-41</p> <p>email: s.gornyak@mail.ru</p> |

| | | | | | |
|----|---|--|--------------------------|------------------------------------|---|
| | | Дегтярск г., ул. Уральских Танкистов, 12, средняя школа № 30 Дегтярск г., пл. Ленина, 9, средняя школа № 16 | | | |
| 3. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО, среди молодежи города. | Январь – февраль - март 2021г. Спортзал ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | 5,6,7 | работа информационной площадки ГТО | МКУ «ФОК» Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 4. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО, среди взрослого населения города. | Январь – февраль – март 2021г. Лыжная база «Олимп» г. Дегтярск, ул. Головина, 22 | 8,9,10,11 | работа информационной площадки ГТО | Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 5. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО и здорового образа жизни. | Апрель, май, июнь 2021г. Лыжная база «Олимп» г. Дегтярск, ул. Головина, 22 | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | работа информационной площадки ГТО | Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 6. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО и здорового образа жизни. | Август, сентябрь, октябрь 2021г. Лыжная база «Олимп» г. Дегтярск, ул. Головина, 22 | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11 | работа информационной площадки ГТО | Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |
| 7. | Мероприятия по популяризации комплекса ГТО и здорового образа жизни. | Октябрь, ноябрь, декабрь 2021г. Тир ДК, г. Дегтярск, ул. Пл. Ленина 1 «А» | 3,4,5,6,7,8,9 | работа информационной площадки ГТО | Липовцева Л.А. Тел. 8(34397) 6-34-41 email: s.gornyak@mail.ru |