

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора  
по спортивной работе  
АУ КГО «ФОК»

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
АУ КГО «ФОК»

\_\_\_\_\_  
Л.А. Каржавина

\_\_\_\_\_  
С. П. Горбатов

**План работы  
Автономного учреждения Качканарского городского округа  
«Физкультурно-оздоровительный комплекс»  
на декабрь 2022г.**

<i>№</i>	<i>Дата проведения</i>	<i>Время Проведения</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Место проведения</i>	<i>Организация</i>	<i>Ответственные</i>
1	С 1 декабря	Согласно расписания	<b>Спортивно-оздоровительные группы с работниками комбината (бассейн)</b>	Бассейн ДС	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Журавлев Д.В.
2	С 1 декабря	Вторник, четверг с 09.00 до 12.00 с 18.00 до 20.00, суббота, воскресенье с 09.00 до 12.00	<b>Спортивно-оздоровительные группы с работниками комбината (тренажерный зал)</b>	Тренажерный зал ДС	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Петров А.С. Шамриков Р.А.
3	С 1 декабря	Согласно расписания	<b>Спортивно-оздоровительные группы с работниками комбината (фитнес)</b>	Зал фитнеса №31	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Тушина О.О.
4	С 1 декабря	Согласно расписания	<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия с работниками комбината (фитнес ЛФК)</b>	Зал фитнеса №31	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Тушина О.О.
5	С 1 декабря	Согласно расписания	<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия с работниками комбината (аква аэробика ЛФК)</b>	Бассейн ДС	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Тушина О.О.
6	1,8,15,22,29 декабря	Ср. 18.00 – 19.00 пят. 20.00–21.00	<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия с работниками комбината (волейбол муж.)</b>	Спортивный зал ДС	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Катаев А.С.
7	2,6,9,13,16 декабря	Понедельник, четверг 20.00 - 21.00	<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия с работниками комбината (баскетбол муж.)</b>	Спортивный зал ДС	АО «ЕВРАЗ КГОК»	Дементьева Е.В. Топоров В.

8	3 декабря	11.00	<i>Поход выходного дня Зимний трейл «Вертикальный предел»</i>	<i>Северная вершина горы Качканар</i>	АО «ЕВРАЗ КГОК»	<i>Дементьева Е.В. Лешик А.А.</i>
9	3,7,10,14,17, 21 декабря	Вторник, пятница 19.00–20.00	<i>Физкультурно- оздоровительные мероприятия с работниками комбината (волейбол жен.)</i>	<i>Спортивный зал ДС</i>	АО «ЕВРАЗ КГОК»	<i>Дементьева Е.В. Кирдяшкина Н.А</i>
10	7,14,21 декабря	Спорт.зал и тренаж. зал с 20.00 до 21.00; бассейн с 20.45 до 21.30	<i>Комплексные занятия для руководителей в ДС</i>	<i>Плавательный бассейн, Тренажерный зал, Спортивный зал.</i>	АО «ЕВРАЗ КГОК»	<i>Дементьева Е.В. Сакерина И.Л.</i>
11	8 декабря	16.00	<i>«Единый день ГТО» Проект «Будь здоров»</i>	<i>Дворец спорта</i>	Обучающиеся МОУ СОШ г. Качканара	<i>Бронникова М.Д.</i>
12	12,19 декабря	13.00	<i>День здоровья</i>	<i>Плавательный бассейн</i>	АО «ЕВРАЗ КГОК»	<i>Дементьева Е.В.</i>
13	13 декабря	16.00	<i>Рядовое тестирование ВФСК ГТО дисциплина метание</i>	<i>Дворец спорта</i>	все желающие (по предв. записи)	<i>Бронникова М.Д.</i>
14	15 декабря	16.00	<i>Рядовое тестирование ВФСК ГТО дисциплина плавание</i>	<i>Плавательный бассейн</i>	все желающие (по предв. записи)	<i>Бронникова М.Д.</i>
15	20 декабря	16.00	<i>Рядовое тестирование ВФСК ГТО дисциплина стрельба</i>	<i>Тир Д/С</i>	все желающие (по предв. записи)	<i>Бронникова М.Д.</i>
16	21 декабря	18.00	<i>Новогодний забег в рамках Всероссийской акции «Здоровый в Новый год»</i>	<i>Площадка у Дворца спорта</i>	Все желающие	<i>Твердохлебова Т.А. Петров А.С.</i>
17	23 декабря	16.00	<i>Рядовое тестирование ВФСК ГТО дисциплина плавание</i>	<i>Дворец спорта</i>	все желающие (по предв. записи)	<i>Бронникова М.Д.</i>
18	26 декабря	16.00	<i>Рядовое тестирование ВФСК ГТО дисциплина гимнастика</i>	<i>Дворец спорта</i>	все желающие (по предв. записи)	<i>Бронникова М.Д.</i>
19	29 декабря	17.00	<i>Троеборье для руководителей АО ЕВРАЗ КГОК</i>	<i>Площадка у ДС, спортивный зал ДС</i>	Руководители АО ЕВРАЗ КГОК	<i>Дементьева Е.В.</i>

Составители:

Инструктор-методист Твердохлебова Т.А. \_\_\_\_\_

Инструктор по спорту Дементьева Е.В. \_\_\_\_\_

Старший инструктор-методист Бронникова М.Д. \_\_\_\_\_

Тел.: 6-91-36