**Что нужно сделать, чтобы выполнить нормативы комплекса ГТО?**

К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании медицинского осмотра.

**Для того, чтобы стать участником Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), необходимо выполнить ряд действий.**

**1.** **На официальном сайте** [**www.gto.ru**](http://gto.ru/) **необходимо пройти процедуру регистрации**. Вам будет присвоен уникальный идентификационный номер участника (УИН) и создан личный кабинет (в дальнейшем там будут отражаться Ваши результаты тестирования по видам)

**2.** После регистрации, Вам необходимо **обратиться в Центр тестирования города Каменска-Уральского**, который расположен по адресу: ул. Исетская, 1 тел. 8(3439) 53-00-48; 8(3439) 53-00-50

С собой необходимо иметь **документ удостоверяющий личность (**+копию**) и медицинскую справку** (справка действительна в течение года), разрешающую сдавать нормы комплекса ГТО.

**3.** **Заполнить:** Заявку на прохождение тестирования; Согласие на обработку персональных данных; Личную карточку участника.

**На сайте www гто-каменск.рф размещен график сдачи норм комплекса ГТО по видам испытаний**. На основании этого графика в удобные для Вас дату и время, можно подойти для выполнения нормативов.

**Период сдачи нормативов, у работающего населения и пенсионеров начинается с 01 января и заканчивается 31 декабря. У учащихся период сдачи нормативов с 01 сентября по 30 июня.**

При планировании сдачи нормативов комплекса ГТО, следует учитывать и тот факт, что в случаях перехода по возрасту в другую ступень нормативы в предыдущей ступени архивируются и в дальнейшем не учитываются, поэтому все нормативы необходимо сдавать в период нахождения по возрасту в одной возрастной ступени.

Если у Вас возникли проблемы при регистрации на сайте [**www.gto.ru**](http://gto.ru/), то регистрацию помогут провести специалисты Центра тестирования **тел. 8(3439) 53-00-48**

 **Что нужно сделать, чтобы выполнить нормативы комплекса ГТО?**

К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании медицинского осмотра.

**Для того, чтобы стать участником Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), необходимо выполнить ряд действий.**

**1.** **На официальном сайте** [**www.gto.ru**](http://gto.ru/) **необходимо пройти процедуру регистрации**. Вам будет присвоен уникальный идентификационный номер участника (УИН) и создан личный кабинет (в дальнейшем там будут отражаться Ваши результаты тестирования по видам)

**2.** После регистрации, Вам необходимо **обратиться в Центр тестирования города Каменска-Уральского**, который расположен по адресу: ул. Исетская, 1 тел. 8(3439) 53-00-48; 8(3439) 53-00-50

С собой необходимо иметь **документ удостоверяющий личность (**+копию**) и медицинскую справку** (справка действительна в течение года), разрешающую сдавать нормы комплекса ГТО.

**3**. **Заполнить:** Заявку на прохождение тестирования; Согласие на обработку персональных данных; Личную карточку участника.

**На сайте www гто-каменск.рф размещен график сдачи норм комплекса ГТО по видам испытаний**. На основании этого графика в удобные для Вас дату и время, можно подойти для выполнения нормативов.

**Период сдачи нормативов, у работающего населения и пенсионеров начинается с 01 января и заканчивается 31 декабря. У учащихся период сдачи нормативов с 01 сентября по 30 июня.**

При планировании сдачи нормативов комплекса ГТО, следует учитывать и тот факт, что в случаях перехода по возрасту в другую ступень нормативы в предыдущей ступени архивируются и в дальнейшем не учитываются, поэтому все нормативы необходимо сдавать в период нахождения по возрасту в одной возрастной ступени.

Если у Вас возникли проблемы при регистрации на сайте [**www.gto.ru**](http://gto.ru/), то регистрацию помогут провести специалисты Центра тестирования **тел. 8(3439) 53-00-48**