Информация размещена в социальной сети Вконтакте в группе Центр Комплекса ГТО. Курган <https://vk.com/gtokurgan>

Для выполнения нормативов Комплекса ГТО сначала необходимо зарегистрироваться на всероссийском интернет-портале [www.GTO.ru](http://www.gto.ru/).

ПРИЁМ ЗАЯВЛЕНИЙ!  
Далее, при явке в Центр тестирования ГТО при себе необходимо иметь:  
- копия свидетельства о рождении/копия паспорта;  
- заявление на выполнение нормативов комплекса ГТО;  
- согласие на обработку персональных данных;  
- медицинский допуск для учащихся можно получить в медицинском кабинете в образовательных учреждениях (школе) или студенческих поликлиниках по итогам ежегодного медицинского осмотра. Взрослое население медицинский допуск может получить в поликлиниках по месту жительства при условии систематического прохождения диспансеризации населения;  
- 2 фотографии 3х4;  
- выписка из приказа действующего спортивного разряда/звания не ниже 2-ого юношеского (при наличии).

ОЧЕНЬ ВАЖНО!  
Если у вас коллективная заявка (группа лиц) на выполнение нормативов комплекса ГТО, то необходимо подготовить список интересантов и за несколько дней позвонить/сообщить нам. Чтобы мы могли сориентироваться по времени и дате принятия нормативов.

Адрес: Курган, Тимофея Невежина, 7  
✉: [GTO45@inbox.ru](https://e.mail.ru/compose?To=GTO45@inbox.ru)  
☎: 8(3522) 650-170

Расписание приёма заявлений/документов на выполнение нормативов Комплекса ГТО:  
Понедельник - Пятница: с 8:30 до 17:00  
Суббота : по ежемесячному графику принятия нормативов ВФСК ГТО  
Обед: с 12:00 до 13:00  
  
КАЛЕНДАРЬ ПРИНЯТИЯ НОРМАТИВОВ  ВФСК "ГТО" публикуется  на стене группы на каждый будущий месяц в конце предыдущего.

Участник может повторно выполнить нормативы только в случае, если он не выполнил норматив, но не более 1 раза за отчетный период (год) не ранее чем через 45 дней. Для участников ступеней с I по XI «годовой отчетный период календарного года» (с 1 января по 31 декабря текущего года).

УСЛОВИЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЗНАКОВ ГТО:  
- БРОНЗОВЫЙ ЗНАК ГТО - выполнить необходимое количество упражнений, с оценкой не ниже бронзового норматива;  
- СЕРЕБРЯНЫЙ ЗНАК ГТО - выполнить необходимое количество упражнений, с оценкой не ниже серебряного норматива;  
- ЗОЛОТОЙ ЗНАК ГТО - выполнить необходимое количество упражнений на золотой норматив; либо на серебряный норматив с наличием действующего спортивного разряда/звания не ниже 2-ого юношеского (до выполнения нормативов обязательно принести выписку из приказа).

Результаты выполнения испытаний вы сможете отслеживать в личном кабинете на сайте [www.GTO.ru](http://www.gto.ru/), которые заносятся в Единую Базу данных АИС ГТО.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.  
Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

ВНИМАНИЕ! Перед выполнением испытаний комплекса ГТО необходима недельная подготовка!  
Нужно тренироваться: выполнять зарядку, бегать по утрам, ходить в бассейн и тренажерный зал.

Желаем Вам отличного здоровья и высоких результатов в выполнении комплекса ГТО!