

## А вы знаете как получить знак ГТО?

ГТО — это не просто получение знака отличия, это в первую очередь совершенствование самого себя, своего внутреннего «Я».

Мы подготовили для вас пошаговую инструкцию, в которой подробно рассказываем, как получить заветный знак.

☎ Если есть вопросы – звоните по телефонам: 8(813)7138860 или 8(951)6494401.

The image is a red-themed guide for obtaining the GTO badge. It features four main steps: 1. Registration on the website (www.gto.ru), 2. Filing a request for execution, 3. Obtaining a medical certificate, and 4. Performing tests and receiving the award. Each step includes an icon, a large number, and descriptive text. The top right corner shows three GTO badges (silver, gold, bronze) and a person at a computer.

**1. РЕГИСТРАЦИЯ НА САЙТЕ**  
[www.gto.ru](http://www.gto.ru)

**ЗНАК ГТО:  
КАК ПОЛУЧИТЬ?**

**ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ**

**1. РЕГИСТРАЦИЯ НА САЙТЕ**  
[www.gto.ru](http://www.gto.ru)

1. Перейти в раздел **регистрация**  
2. Заполнить специальную анкетную форму  
3. Получить УИН (номер), который используется на протяжении всего периода участия в комплексе ГТО. Регистрация на сайте и получение УИН являются обязательными требованиями для допуска к выполнению нормативов

**2. ЗАЯВКА НА ВЫПОЛНЕНИЕ**

В личном кабинете вы можете:

- посмотреть какие испытания вам необходимо выполнить
- отслеживать свои результаты
- выбрать удобный вам Центр тестирования (выбрав подходящий, необходимо позвонить в Центр тестирования по контактному номеру телефона или прийти лично).

Медицинский осмотр для допуска к выполнению нормативов осуществляется врачами-терапевтами, педиатрами, врачами общей практики и врачами по спортивной медицине.

**3. ПОЛУЧЕНИЕ МЕДИЦИНСКОГО ДОПУСКА**

**4. ВЫПОЛНЕНИЕ ИСПЫТАНИЙ**

Выполнять нормативы ГТО в рамках одной возрастной ступени можно в течение года (отчетного периода), в зависимости от графика, установленного центром тестирования.

Знак отличия выдается после успешного выполнения всех испытаний в пределах возрастной ступени. Процедура оформления документов и изготовления знаков занимает 2-3 месяца.

**5. ВРУЧЕНИЕ ЗНАКА ОТЛИЧИЯ В ТОРЖЕСТВЕННОЙ ОБСТАНОВКЕ**