

Хочешь получить знак отличия комплекса ГТО, но не знаешь с чего начать? Тогда следуй нашей шпаргалке и у тебя все получится!



- 1 Пройди регистрацию на официальном сайте www.gto.ru. Получи уникальный идентификационный номер, который откроет тебе доступ к личному кабинету. Обращаем внимание, что все результаты прохождения испытаний ГТО будут отображаться именно там.
- 2 Подай заявку на выполнение испытаний ГТО. Ты можешь сделать это через личный кабинет или в одном из удобных для тебя центров тестирования.
- 3 Получи медицинский допуск или справку, которая является обязательным документом. Получить допуск можно в медицинском учреждении по прописке или месту проживания.
- 4 Приди в центр тестирования в заявленный день, предъяви документ, удостоверяющий личность, медицинский допуск и выполни необходимые испытания. Помни, перед любой физической нагрузкой важно провести разминку мышц. Это можно сделать прямо на площадке тестирования.
- 5 Если ты успешно выполнил все обязательные и дополнительные виды испытаний на знак отличия, то в течение трех месяцев после подписания Приказа о награждении тебе вручат знак в торжественной обстановке, в твоём учебном заведении или по месту работы

Сделай первый шаг прямо сейчас!