

1.Что такое ГТО?

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта.

Предложение ввести всесоюзные испытания «Готов к труду и обороне» поступило в 1930 году, а ещё через год был сформирован первый комплекс ГТО, включавший 21 норматив.

Возродили комплекс «Готов к труду и обороне» в 2014 году. Был утвержден новый перечень испытаний, разработаны нормативы, а также дизайн знаков отличия. Их три: золотой, бронзовый, серебряный.

2.Кто может выполнить нормативы?

Выполнить нормативы могут все желающие, в возрасте от 6 лет и старше, систематически занимающиеся спортом, в том числе самостоятельно, и имеющие медицинский допуск. Комплекс ГТО включает в себя 11 возрастных групп.

Нормативы и количество испытаний меняются в зависимости от пола и возраста жителей.

3.Как зарегистрироваться для участия?

Чтобы выполнить нормативы ГТО, нужно зарегистрироваться на [сайте](https://www.gto.ru) :

<https://www.gto.ru>

-Адрес электронной почты (он используется единожды);

-Пароль (его в дальнейшем необходимо использовать при входе в личный кабинет);

-Фамилия, имя, отчество участника. Фамилия должна соответствовать документу, удостоверяющему личность;

-Дата рождения участника;

-Адрес места жительства;

-Мобильный телефон участника;

-Специальная группа (нозологическая группа);

- ФИО контактного лица(ФИО матери, отца, брата, сестры и т.д.);
- Кем приходится (мать, отец, брат, сестра и т.д.)
- Номер мобильного телефона контактного лица (матери, отца и т.д.) ;
- Фотография по требованиям регистрации;
- Информация об образовании (**если регистрацию проходит учащийся, указывайте информацию об образовательном учреждении , дату поступления**) ;
- Место работы (если регистрацию проходит совершеннолетний участник , указывайте название организации, должность, дата начала работы);
- Если участник комплекса ГТО является несовершеннолетним , необходимо кликнуть мышкой по ссылке «Продолжить регистрацию, как законный представитель несовершеннолетнего».

Электронные ресурсы для подготовки к тестированию:

- Министерство спорта РФ : <https://www.minsport.gov.ru> ;
- Министерство здравоохранения РФ : <https://www.rosminzdrav.ru> ;
- Интернет-портал ВФСК ГТО : <https://www.gto.ru> ;
- Департамент по молодежной политике, физической культуры и спорту Томской области:
<http://www.depms.ru> ;
- Региональный центр тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК «готов к труду и обороне» : <https://www.gto70.ru>.

Необходимые документы для допуска к тестированию:

- Документ, удостоверяющий личность (для лиц, не достигших 14 лет – свидетельство о рождении, либо его копия) ;
- Медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов, выданного врачами спортивной медицины спортивных диспансеров и (или) кабинетов ЛФК для занятий спортом;
- Предъявление справки МСЭ или протокола ПМПК.

После успешного выполнения необходимого количества испытаний соответствующей ступени (определяется в зависимости от возрастной категории) сводный протокол направляется в автоматизированную информационную систему ГТО, где происходит его обработка и выгрузка соответствующим образом.

4.Зачем это нужно?

Введение комплекса «Готов к труду и обороне» способствует улучшению физической подготовки жителей и в целом развитию массового спорта.

Абитуриенты, имеющие золотой знак ГТО, могут получить дополнительные баллы к ЕГЭ при поступлении в вуз. А студенты с такими знаками могут претендовать на повышенную академическую стипендию. Окончательное решение принимает администрация учебного заведения.

Зачем нужен комплекс ГТО?

- ▣ Целями ВФСК ГТО являются укрепление здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма. Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:
 - а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;
 - б) повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
 - в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическое самосовершенствование и ведение здорового образа жизни;
 - г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
 - д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.