

**Будь силен и будь готов!  
Всё в твоих руках!  
Сдай все нормы ГТО,  
Прочь из жизни страх!**



### **Цели всероссийского комплекса ГТО:**

- Улучшить здоровье нации;
- Увеличить число граждан страны, систематически занимающихся физкультурой;
- Увеличить продолжительность жизни граждан России;
- Сформировать у населения потребность вести здоровый образ жизни;
- Модернизировать и улучшить систему физвоспитания;
- Дать толчок к развитию массового детского, школьного и студенческого спорта в стране;
- Увеличить количество спортклубов и физкультурных организаций.



## Памятка участника ГТО.

**1 ШАГ.** Для регистрации участника сдачи комплекса ГТО необходимо наличие следующих документов:

1. Свидетельство о рождении, паспорт или данные документа;
2. Личный адрес и пароль от электронной почты;
3. Номер мобильного телефона;
4. Портретная фотография. Рекомендуемый размер – не менее 240x240, и не больше 2 мб. Загрузка файлов только в формате JPEG.

На сайте **gto.ru** необходимо пройти регистрацию и получить ID-номер(УИН).

На главной странице сайта нажать «Регистрация».

**1 пункт** – заполнить поля Фамилия/ Имя/ Отчество (с большой буквы) /Пол/ Дата рождения (вначале выбираете год, затем месяц, число) /Код с картинки.

**2 пункт** – заполнить поля – Населённый пункт или улица проживания (регион, город, название улицы) /E-mail (Очень важно! Проверьте правильность введенного адреса электронной почты) /Мобильный телефон.

**3 пункт** – заполняете поля Информация об образовании/выбрать «учащийся образовательного учреждения»/Информация о трудоустройстве/выбрать «учащийся».

**4 пункт** – заполнить поля - Три предпочтительных вида спорта.

**5 пункт** – загрузить фотографию размером 240x240 и не более 2 Мб. Загрузка файлов только в формате JPEG.

**6 пункт** – необходимо придумать пароль и подтвердить. Записать пароль, чтобы в дальнейшем его не забыть.

**7 пункт** – необходимо нажать кнопку «скачать» документ «согласие законного представителя на обработку персональных данных несовершеннолетнего», затем поставить галочки в двух пунктах ниже, после этого кнопка «регистрация» станет активна. Нажимать «регистрация» - выйдет уведомление об успешной регистрации. Если Вам необходимо распечатать соглашение на обработку данных – нажимаете «Скачать», документ откроется – в правом верхнем углу нажимаете принтер, если хотите скачать – нажимаете «загрузить» в верхнем правом углу. После успешной регистрации на Вашу электронную почту, указанную при регистрации поступит письмо с дальнейшими инструкциями. Вам необходимо пройти по ссылке в письме.

Теперь Вы можете войти в личный кабинет по логину (электронная почта указанная при регистрации) и паролю (который Вы придумали при регистрации) и посмотреть адреса Центров тестирования, ID номер, нормативы, которые необходимо выполнить.

**2 ШАГ** Для сдачи нормативов в поликлинике у детского терапевта нужно взять справку о допуске к сдаче норм ГТО.

**3 ШАГ** Принести весь пакет документов своему классному руководителю для включения учащегося в коллективную заявку от школы:

1. Копия свидетельства о рождении/паспорт
2. согласие родителей (распечатывается на сайте)
3. справку от терапевта.
4. список нормативов для сдачи ГТО и сообщить ID номер (УИН)