

При сдаче нормативов ВФСК ГТО участник должен:

1. быть зарегистрирован на сайте ВФСК ГТО www.gto.ru для получения ID (УИН) номера



сканируйте QR код для перехода на сайт

Регистрация на сайте gto.ru нужна для того, чтобы Вашей учетной записи был присвоен ID-номер, который является уникальным идентификатором в АИС ГТО, позволяющим выполнять нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО в официальном режиме. Благодаря ID-номеру Вы сможете записаться в ближайший к Вам Центр тестирования для выполнения нормативов ГТО, а также просматривать результаты Выполненных Вами нормативов испытаний (тестов) на сайте gto.ru в режиме on-line.

2. иметь медицинский допуск

Справка - допуск (допущен к сдаче нормативов ГТО, либо иметь отметку 1 или 2 группа здоровья основная)

Справка в бассейн (кожные покровы чистые, допущен до бассейна), для детей до 10 лет дополнительная справка на анализ энтеробиоз.

3. ознакомиться с видами испытаний(тестов) согласно своей возрастной ступени на сайте ВФСК ГТО www.gto.ru, посмотреть видео правильного выполнения тестов, запомнить (записать) виды и нормативы своей ступени.

4. ознакомиться с графиком работы Центра тестирования ВФСК ГТО на сайте ЦФКиС "Нарвская Застава" (www.nz-sport.ru), или на стенде информации

5. **ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ** на тестирование на сайте ЦФКиС "Нарвская Застава", www.nz-sport.ru

или **предварительно записаться** на тестирование по телефону 377-58-83



сканируйте QR код для перехода на сайт

Необходимо понимать, что у вас есть только одна попытка при Выполнении одного норматива.

К Выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО необходимо готовиться в индивидуальном порядке и приходить в центр тестирования лишь тогда, когда Вы полностью уверены в успешном Выполнении нормативов испытаний (тестов) на самые Высокие показатели.