



Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА  
«ДИРЕКЦИЯ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ»

Центр тестирования ВФСК «ГТО» города Нижневартовска

## ПАМЯТКА УЧАСТНИКУ ВФСК «ГТО»

### 6 шагов до знака отличия:

- ✓ **Зарегистрироваться на официальном сайте** <https://user.gto.ru/user/register>, заполнить специальную анкету и получить уникальный идентификационный номер (УИН);
- ✓ **Заполнить заявку на участие** в тестировании по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) <https://vk.com/club117432594>;
- ✓ **Получить медицинский допуск** (к сдаче норм ГТО допускаются лица с основной медицинской группой; лица с подготовительной группой допускаются только со справкой-допуском из Врачебно-физкультурного диспансера);
- ✓ **Ознакомиться с ГРАФИКОМ** центра <https://vk.com/club117432594>;
- ✓ **Выполнить испытания в месте тестирования** (при себе участник должен иметь, заполненную «Заявку» (п.2), которое остается в центре тестирования, а также документ удостоверяющий личность или его копию. Для лиц, старше 14 лет таким документом является паспорт. Для лиц, не достигших 14-летнего возраста – свидетельство о рождении. Справку о состоянии здоровья, и справку на энтеробиоз (при сдаче норматива – плавание), спортивную форму, соответствующую виду испытаний);
- ✓ **Получить знак отличия** (в случае успешного прохождения необходимого количества тестов, участник представляется к награждению соответствующим знаком отличия комплекса ГТО).

Информация о видах испытаний, необходимых требованиях выполнения, количества для получения знака отличия комплекса ГТО отражены на официальном сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru)

**Желаем удачи!**

