

Комплекс ГТО в Красноярске

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) - полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия "Готов к труду и обороне".

Где сдать нормы ГТО в Красноярске

Центры тестирования комплекса ГТО можно будет выбрать после регистрации на официальном сайте.

Пошаговая инструкция для сдачи ГТО

1. Регистрация на [официальном сайте](#)
2. Подача заявки на выполнение
3. Получение медицинской справки (061/у для детей и 089 укв для взрослых) в поликлинике по месту жительства
4. Выполнение испытаний
5. Получение знака отличия

Нормативы ГТО

[Скачать таблицу нормативов ГТО для школьников 16-17 лет](#) - у будущих абитуриентов выполнение норм ГТО наиболее востребовано.

Нормативы для всех возрастов можно посмотреть тут: <https://www.gto.ru/norms>

Необходимые документы

- документ, удостоверяющий личность
- медицинская справка (061/у для детей и 089 укв для взрослых)

Стоимость

бесплатно

Сроки оказания услуги

1 учебный год - срок выполнения нормативов школьниками
(с июля по июнь следующего года)

1 календарный год - срок для трудоспособного населения
(с января по декабрь)