**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

 **желающих принять участие в  испытаниях по  Всероссийскому физкультурно- спортивному комплексу «Готов к труду и обороне»**

  Для участия в  тестировании по комплексу «ГТО»  необходимо:

* Получить уникальный идентификационный номер (УИН). Для этого необходимо пройти регистрацию на интернет-портале  [**http://www.gto.ru**](http://www.gto.ru)**.**
* Заполнить «Заявку на участие в тестировании по  Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и заявление на обработку персональных данных по форме, представленной на сайте в разделе «Нормативная база» – «Региональный центр тестирования».

Информация о том, какое количество тестов необходимо для выполнения требований на знаки отличия комплекса ГТО отражены в представленном на сайте в разделе «Нормативная база» – «Федеральные документы».

* Получить медицинскую справку формы 086/у, выданную не ранее чем за 6 месяцев до даты выполнения нормативов ГТО, с обязательной формулировкой: «Допущен к сдаче норм ГТО» с печатью врача и медицинского учреждения выдавшего справку.
* Сообщить организатору работы по комплексу ГТО о своем  желание пройти тестирование по комплексу ГТО.
* В день прохождения испытаний ВФСК ГТО необходимо предоставить следующие документы:

 -оригинал коллективной заявки по форме, заверенной врачом (медицинским допуск действителен не более 10 дней) или

 медицинские справки на каждого участника формы 086/у, выданные не ранее чем за 6 месяцев до даты выполнения нормативов ГТО, с обязательной формулировкой: «Допущен к сдаче норм ГТО» с печатью врача и медицинского учреждения выдавшего справку;

- заявка каждого участника на прохождение тестирования и согласие на обработку персональных данных;

- 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.

* По окончании выполнения каждого теста судья сообщает участнику тестирования показанный результат.
* В случае успешного прохождения необходимого количества тестов, участник представляется к награждению соответствующим знаком отличия комплекса ГТО.
* **Центр тестирования в Верещагинском районе:**

**МАУДО «ДЮСШ» подразделение «Спутник»**

**Адрес: г. Верещагино, ул. Парковая, 12**

 **телефон: 34254 35345 э/почта: myk-sputnik@yandex.ru**