



На территории Рыбинского района функционирует Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — нацеленный на развитие массового спорта и оздоровление граждан Рыбинского района, расположенный по адресу: Красноярский край, Рыбинский район, г. Заозёрный, ул. Карла Маркса, 13, стадион "Строитель". Телефон 2-13-40, электронная почта: [centr-gto@mail.ru](mailto:centr-gto@mail.ru)

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» (ГТО).

### **Структура ВФСК ГТО Рыбинского района**

Руководитель -Хромов Роман Игоревич.

г. Заозерный, ул. Карла Маркса, 13

Телефон 2-13-40

Электронная почта: [centr-gto@mail.ru](mailto:centr-gto@mail.ru)

Диспетчер- Бугрин Эдуард Васильевич.

г. Заозерный, ул. Карла Маркса, 13

Телефон 2-13-40

Электронная почта: [centr-gto@mail.ru](mailto:centr-gto@mail.ru)

На официальном сайте ГТО ( <https://www.gto.ru/> ) в верхней строке панели открыв раздел «как выполнять» вы можете посмотреть видео ролики с инструкцией по выполнению испытаний

## Как выполнить нормы ГТО в Рыбинском районе

### 1 ШАГ.

#### Регистрация

Гражданин становится участником ВФСК ГТО только после обязательной регистрации на <https://user.gto.ru>

После заполнения анкеты приходит подтверждение на указанный адрес электронной почты. Также присваивается уникальный идентификационный номер участника (ID), состоящий из одиннадцати цифр.

Если Вы проходили регистрацию раньше, то повторно этого делать не нужно.

Используйте присвоенный ранее ID-номер.

### 2 ШАГ.

Узнайте нормы, соответствующие своему возрасту

Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами от 6 до 70 лет и старше, соответствующих золотому, серебряному, бронзовому знакам. В личном кабинете на сайте <https://user.gto.ru/> можно ознакомиться с нормативами комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знак отличия внутри своей возрастной ступени.

### 3 ШАГ.

#### Допуск врача

Каждому, кто решил проверить свои силы – выполнить нормы ГТО, необходимо иметь для этого медицинский допуск. Основанием для допуска к испытаниям, входящим в ВФСК ГТО, является справка о подтверждении основной группы здоровья (для школьников), медицинское заключение с отметкой «Допущен» с подписью врача, заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача.

Медосмотр можно пройти в поликлинике у врача-педиатра, врача-терапевта.

### 4 ШАГ.

#### Тестирование. Подача заявок

Необходимо записаться (посредством телефона или электронной почты) в Центр тестирования на выполнение испытаний.

**Центр тестирования ВФСК ГТО Рыбинского района находится по адресу:**

**г.Заозерный, ул. Карла Маркса, 13**

**тел. 2-13-40, электронная почта: [centr-gto@mail.ru](mailto:centr-gto@mail.ru)**

## **ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!**

Для прохождения тестирования необходимы следующие документы:

- документ, удостоверяющий личность;
- медицинская справка.
- заявка по форме:

**ЗАЯВКА**  
**на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного**  
**комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

№ п.п.	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	ID номер – Идентификационный номер участника тестирования в АИС ГТО (присваивается при регистрации на сайте GTO.RU)	
4.	Дата рождения	
5.	Документ, удостоверяющий личность (паспорт или свидетельство о рождении)	
6.	Адрес места жительства	
7.	Контактный телефон	
8.	Адрес электронной почты	
9.	Основное место работы/учёбы	
10.	Спортивное звание	
11.	Почётное спортивное звание	
12.	Спортивный разряд с указанием вида спорта	

Я, \_\_\_\_\_, паспорт \_\_\_\_\_,  
(ФИО) (серия, номер)  
 выдан \_\_\_\_\_, зарегистрированный  
(кем) (когда)  
 по адресу: \_\_\_\_\_, являюсь законным представителем  
 несовершеннолетнего \_\_\_\_\_, дата рождения \_\_\_\_\_  
(ФИО)

**Настоящим даю согласие:**

- на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) моим ребёнком

\_\_\_\_\_ (ФИО)  
 - на обработку в Центре тестирования по адресу: Красноярский край, Рыбинский район, г. Заозёрный, ул. Карла Маркса, 13, персональных данных моих и моего ребёнка, в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Я, даю согласие на использование персональных данных моих и моего ребёнка, в целях:**

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);  
 - предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренном действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении персональных данных моих и моего ребёнка, которые необходимы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение, в том числе передачу третьим лицам), обезличивание, блокирование, трансграничную передачу персональных данных, а также осуществление любых иных действий с персональными данными моими и моего ребёнка, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что давая такое согласие, я действую по своей воле и в интересах своего ребёнка.

Дата: \_\_\_\_\_

Подпись: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Кроме того на официальном сайте ГТО ( <https://www.gto.ru/> ) в верхней строке панели открыв раздел «как выполнять» вы можете посмотреть видео ролики с инструкцией по выполнению испытаний