**Что такое знак отличия комплекса ГТО?**

По аналогии с медалями в большом спорте это награда, вручаемая участникам за успешное выполнение нормативов определенных возрастных ступеней комплекса ГТО.

Знаки отличия бывают бронзового, серебряного и золотого достоинств в каждой возрастной ступени.

**Что мне за это будет?**

ГТО — это не просто получение знака отличия, это в первую очередь совершенствование самого себя, своего внутреннего «Я». Подготавливая себя к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса, Вы оттачиваете свою координацию, становитесь более целеустремленным, морально и физически закаленным.

Знак отличия ГТО — это показатель активной жизненной позиции гражданина Российской Федерации, его стремление к здоровому образу жизни.

Наличие знаков отличия комплекса ГТО (в соответствии с Приказом Министерства образования России № 1147) у поступающих на обучение по образовательным программам высшего образования будет учитываться образовательными организациями высшего образования при приеме. Обучающимся, имеющим золотой знак отличия комплекса ГТО, может быть назначена в установленном порядке повышенная государственная академическая стипендия.

**Кто может выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО?**

В данный момент участвовать в комплексе ГТО могут лица основной группы здоровья, а также инвалиды и лица с ограниченными возможностями. К участию допускаются только лица, имеющие медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО.

На сегодняшний день есть возможность регистрации на сайте ГТО инвалидов по 4 категориям (1. Интеллектуальное нарушение; 2. Нарушения слуха; 3. Нарушения зрения; 4. Поражения опорно-двигательного аппарата.), установленных государственными требованиями, утвержденными приказом Минспорта России №90 от 12.02.2019.

Категории определены на основании научных исследований ФГБОУ высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и. здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

Методические рекомендации по приему нормативов у инвалидов утверждены Минспортом России 30 апреля 2019 года. Документ размещен на сайте ВФСК ГТО по ссылке: <https://user.gto.ru/files/uploads/documents/5cd2bbe7703f6.pdf>

**Сколько дней можно выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени?**

Выполнять нормативы ГТО в рамках одной возрастной группе в ступени комплекса можно в течение одного календарного года.

Согласно методическим рекомендациям, опубликованным на сайте GTO.ru, в один день возможно выполнить три-четыре вида нормативов испытаний (тестов). Помните, что, в первую очередь, Вы сами должны быть заинтересованы в успешном выполнении нормативов испытаний (тестов), чтобы показать лучший результат.

Соответственно, составляя индивидуальную карту участия в комплексе ГТО, важно грамотно подойти к вопросу распределения нагрузки на Ваш организм.

**Я хочу выполнить все нормативы комплекса ГТО в один день, это возможно?**

Выполнить все нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в один день невозможно. 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.

**Зачем нужна регистрация на сайте gto.ru?**

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.

**Я не могу зайти в личный кабинет на сайте gto.ru, что мне делать?**

Одной из причин возникновения данных сложностей может быть то, что ваш аккаунт не активен. Напоминаем, что после регистрации на сайте gto.ru, на указанный вами электронный адрес придет ссылка активации аккаунта.

После этого, Вы сможете авторизоваться и пройти в личный кабинет, где виден ID ГТО. То есть ID виден только в личном кабинете, и АВТОМАТИЧЕСКИ формируется только после активации аккаунта через почту.

ПОЭТОМУ, посмотрите на вашей электронной почте ссылку активации, и пройдите по ней. Отвечать на то письмо не нужно, необходимо только пройти по ссылке.

**Можно ли выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на уроках физкультуры?**

Не допускается выполнение испытаний комплекса ГТО на уроках физической культуры. Выполнять нормативы можно только в Центрах тестирования или в местах тестирования с участием судейских бригад центров тестирования. Регламентируется данный процесс приказом Минспорта РФ №54 от 28.01.2016 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО»

**Где посмотреть уникальный идентификационный номер (УИН)?**

Для того, чтобы узнать свой УИН необходимо зайти на сайт gto.ru —> нажать на кнопку «войти в личный кабинет» —> ввести адрес электронной почты и пароль —> ввести «код для входа на сайт» (Высылается на электронную почту, указанную при регистрации) —> «Ваш УИН» — состоит из 11 цифр.