**Зачем люди**

**сдают нормативы ГТО?**

Президент России Владимир Путин распорядился возродить физкультурный комплекс ГТО с 1 сентября 2014 года с целью поднять интерес к спорту среди населения. Успешно сдавшие нормативы могут претендовать на дополнительные дни к отпуску, студенты — доплаты к стипендиям, абитуриенты при поступлении в вуз – на дополнительные баллы к результатам ЕГЭ.



**Ступени**

Программа ГТО разделена на 11 ступеней исходя из возраста желающих. Принять участие в сдаче нормативов можно с 6 лет. Притом верхней границы по возрасту нет (70 лет и более).

***I ступень 6–8 лет***

***II ступень 9–10 лет***

***III ступень 11–12 лет***

***IV ступень 13–15 лет***

***V ступень 16–17 лет***

***VI ступень 18–29 лет***

***VII ступень 30-39 лет***

***VIII ступень 40–49 лет***

***IX ступень 50 –59 лет***

***X ступень - от 60 до 69 лет***

***XI ступень - от 70 и старше.***

**Муниципальный центр тестирования ГТО в Ленинском муниципальном районе Волгоградской области**

**Всероссийский физкультурно - спортивный комплекс ГТО**



**г. Ленинск**

**ул. Ястребова 89а**

**тел.884478-4-19-33**

**руководитель центра ГТО**

**Суичмезов Л.Б.**

**Цель комплекса ГТО**

• увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

**Задачи:**

• массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения;

• увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

• повышение уровня физической подготовленности в продолжительности жизни граждан Российской Федерации;

• повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

****

**Принципы:**

• добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения;

• медицинский контроль;

• учет местных традиций и особенностей.

**Что нужно сделать, чтобы сдать нормы ГТО?**

Для того чтобы стать участником комплекса ГТО, нужно:

1. Пройти регистрацию в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне» по адресу — [www.user.gto.ru/user/register](http://www.user.gto.ru/user/register)

2. Обратиться в наш центр тестирования ГТО (тел.884478-4-19-33) или к своему учителю.

 3. Получить личный номер

После прохождение регистрации на ваш почтовый адрес будет направлена ссылка с вашим идентификационным номером. Он состоит из 11 цифр, первые две цифры из которых — это год начала участия в комплексе ГТО, следующие две — номер субъекта РФ, остальные семь цифр — номер участника по данному году и данной территории.

4. Перед выполнением испытаний нужно получить медицинский допуск.