



«...Лица, выполнившие нормативы, овладевшие знаниями и умениями определенных ступеней Комплекса, награждаются соответствующим знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса...»

Из Положения о Комплексе «Готов к труду и обороне», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540

- » Знак отличия имеет форму стилизованной многоконечной звезды, в центре которой расположена окружность с изображением бегущего спортсмена на фоне красного (для золотого знака), синего (для серебряного знака) и зеленого (для бронзового знака) цветов с изображением восходящего солнца.
- » В верхней части знака – изображение герба Российской Федерации.
- » Центральную окружность знака обрамляет широкий кант в виде ряда параллельных дугообразных лучей, направленных из центра вверх, и лавровых ветвей в нижней части знака, обрамленных с двух концов лентами цвета флага Российской Федерации.
- » В нижней части знака - цифра от 1 до 11 согласно возрастной ступени Комплекса ГТО.
- » На оборотной стороне знака - застежка с фиксатором для крепления к одежде.

ПИКТОГРАФИЧЕСКИЕ  
МАРКЕРЫ  
ВИДОВ  
НОРМАТИВОВ



БЕГ  
ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ



НАКЛОН ВПЕРЕД



ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ



СГИБАНИ  
-РАЗГИБАНИЕ РУК



ПРЫЖОК В ДЛИНУ  
С МЕСТА



ПОДТЯГИВАНИЕ  
ИЗ ВИСА НА ВЫСОКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ



РЫВОК ГИРИ



БЕГ  
НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ



СМЕШАННОЕ  
ПЕРЕДВИЖЕНИЕ



ПОДНИМАНИЕ  
ТУЛОВИЩА



ПРЫЖОК В ДЛИНУ  
С РАЗБЕГА



ПОДТЯГИВАНИЕ  
ИЗ ВИСА, ЛЕЖА НА НИЗКОЙ  
ПЕРЕКЛАДИНЕ



СТРЕЛЬБА



ПЛАВАНИЕ



ПЕРЕДВИЖЕНИЕ  
НА ЛЫЖАХ



БЕГ НА ЛЫЖАХ



ТУРИСТИЧЕСКИЙ  
ПОХОД



КРОСС



МЕТАНИЕ



СКАНДИНАВСКАЯ  
ХОДЬБА



СМЕШАННОЕ  
ПЕРЕДВИЖЕНИЕ



МЕТАНИЕ ТЕННИСНОГО  
МЯЧА В ЦЕЛЬ