МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ
ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»

ОСОБЕННОСТИ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ) ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Аксенов Андрей Владимирович
канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой ТиМАС
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;
Крюков Илья Геннадьевич
канд. пед. наук, доцент кафедры ТиМАФК,
зав. НМЦ по реализации ВФСК ГТО для инвалидов
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Санкт-Петербург
2026

Сравнительный анализ нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов) лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата в Российской Федерации

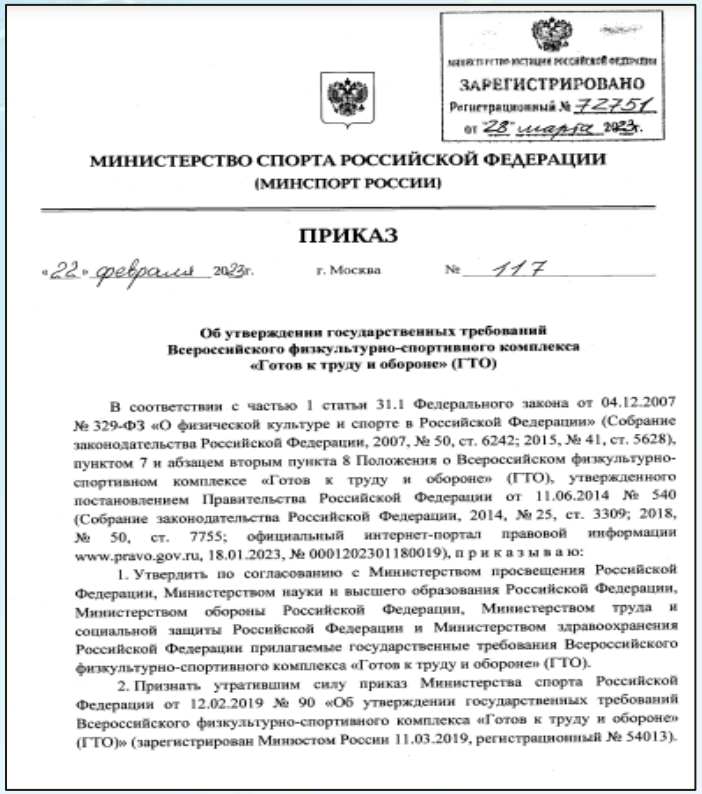
❖ Были **изучены данные** и проведен **сравнительный анализ нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО** среди инвалидов и лиц с ОВЗ **с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов)** лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата в Российской Федерации.

❖ Были **проанализированы** следующие нормативные документы:

- **приказ Минспорта России № 117 от 22.03.2023** «*Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)*;
- **приказ Минспорта России № 852 от 17.10.2025** «*О внесении изменений в перечень спортивно-технологического оборудования для создания малых спортивных площадок, утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.12.2024 № 1286*»;
- **приказ Минспорта России № 909 от 19.10.2017** «*Об утверждении порядка допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)*»;
- **методические рекомендации** *по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ОВЗ.*

Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (18 ступеней, 18 возрастных групп)

Ступень	Возрастная группа	Ступень	Возрастная группа
Первая ступень	от 6 до 7 лет	Десятая ступень	от 30 до 34 лет
Вторая ступень	от 8 до 9 лет	Одиннадцатая ступень	от 35 до 39 лет
Третья ступень	от 10 до 11 лет	Двенадцатая ступень	от 40 до 44 лет
Четвертая ступень	от 12 до 13 лет	Тринадцатая ступень	от 45 до 49 лет
Пятая ступень	от 14 до 15 лет	Четырнадцатая ступень	от 50 до 54 лет
Шестая ступень	от 16 до 17 лет	Пятнадцатая ступень	от 55 до 59 лет
Седьмая ступень	от 18 до 19 лет	Шестнадцатая ступень	от 60 до 64 лет
Восьмая ступень	от 20 до 24 лет	Семнадцатая ступень	от 65 до 69 лет
Девятая ступень	от 25 до 29 лет	Восемнадцатая ступень	от 70 лет и старше



ЗАРЕГИСТРИРОВАНО
Регистрационный № 72751
от 28 марта 2023

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

ПРИКАЗ

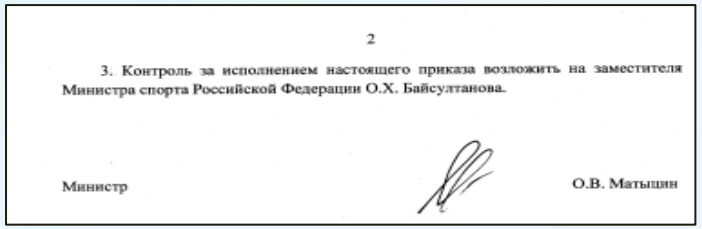
«22» февраля 2023 г. г. Москва № 117

Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

В соответствии с частью 1 статьи 31.1 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2015, № 41, ст. 5628), пунктом 7 и абзацем вторым пункта 8 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 № 540 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2014, № 25, ст. 3309; 2018, № 50, ст. 7755; официальный интернет-портал правовой информации www.pravo.gov.ru, 18.01.2023, № 0001202301180019), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить по согласованию с Министерством просвещения Российской Федерации, Министерством науки и высшего образования Российской Федерации, Министерством обороны Российской Федерации, Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации и Министерством здравоохранения Российской Федерации прилагаемые государственные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.02.2019 № 90 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (зарегистрирован Минюстом России 11.03.2019, регистрационный № 54013).



2

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации О.Х. Байсултанова.

Министр О.В. Матыцин

II. Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Испытания (тесты) по выбору для лиц с интеллектуальными нарушениями

Первая ступень (возрастная группа от 6 до 7 лет включительно)

№ п/п	Наименование испытания (теста) по выбору	Нормативы						Физические качества
		Мальчики			Девочки			
		Уровень сложности						
		Бронзовый знак отличия	Серебряный знак отличия	Золотой знак отличия	Бронзовый знак отличия	Серебряный знак отличия	Золотой знак отличия	
1.	Бег на 10 м (с)	4,2	4,0	3,4	4,3	4,1	3,6	**Скоростные возможности**
2.	Бег на 30 м (с)	11,6	9,8	9,5	10,8	10,4	10,2	
3.	Смешанное передвижение по пересеченной местности (без учета времени, м)	170	340	500	150	240	400	**Выносливость**
4.	Ходьба на лыжах на (без учета времени, м)*	500	835	1170	420	750	1085	
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	1	2	3	-	-	-	**Сила**
6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	4	6	10	2	4	7	
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	5	7	11	2	4	8	
8.	Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см)	+1	+2	+5	+2	+3	+6	**Гибкость**
9.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	71	80	95	65	73	90	**Скоростно-силовые возможности**
10.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек)	9	10	12	8	9	11	
11.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция	1	2	3	1	2	3	**Координационные способности**

Приказ Министерства спорта РФ №117 от 22.02.2023
«Об утверждении государственных требований
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ОВЗ

Содержание государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО):

I. Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

II. Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья



II. Нормативы испытания (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

1.Для лиц с интеллектуальными нарушениями
2.Для лиц с нарушением слуха
3.Для лиц с нарушением зрения
3.1 Для лиц с остаточным зрением
3.2 Для лиц тотально слепых
4. Для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата
4.1. Для лиц с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями верхних конечностей
4.2 Для лиц с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями нижних конечностей
4.3 Для лиц с травмами позвоночника и поражением спинного мозга
4.4 Для лиц с церебральным параличом
4.5 Для лиц с низким ростом

Сравнительный анализ нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов) лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата в Российской Федерации

❖ **Были выявлены особенности выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО при тестировании уровня физической подготовленности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в следующих группах:**

Таблица 1 – Особенности выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО инвалидов и лиц с ОВЗ с нарушением **слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата**

№ п/п	Особенности выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья						
	Физические качества						
	Инвалиды и лица с ОВЗ	Скоростные возможности	Выносливость	Сила	Гибкость	Скоростно-силовые возможности	Координационные способности
1	Лица с нарушением слуха				+		
2	Лица с остаточным зрением				+		+
3	Лица тотально слепые	+	+		+		+
4	Лица с интеллектуальными нарушениями				+		
5	Лица с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями верхних конечностей			+	+	+	+
6	Лица с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями нижних конечностей	+	+	+	+	+	+
7	Лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга	+	+	+	+	+	+
8	Лица с церебральным параличом	+	+	+	+	+	+
9	Лица с низким ростом			+	+		

Примечание: ОВЗ – ограниченные возможности здоровья; «+» – особенности выполнения нормативов испытаний (тестов)

Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

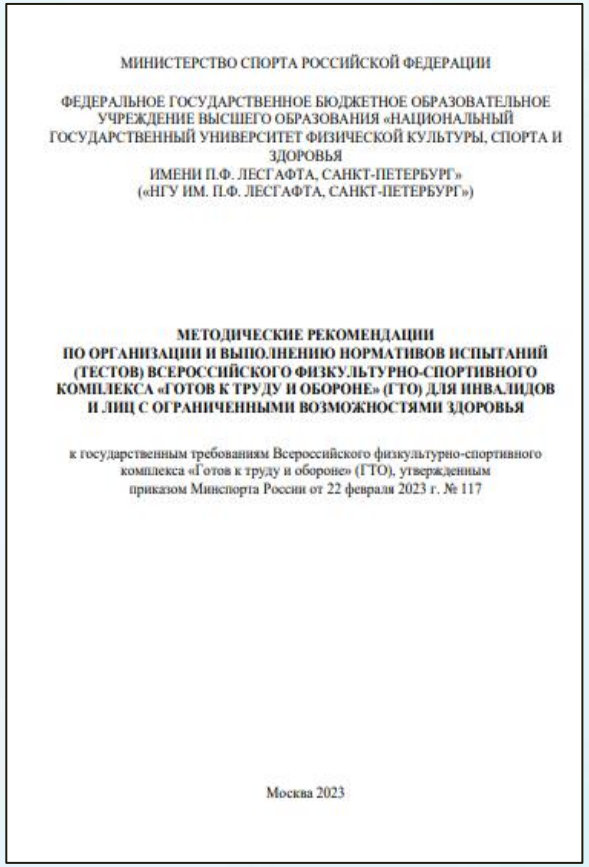


УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта
Российской Федерации
О.В. Матыцин
«__» _____ 2023 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ) ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117

Москва – 2023



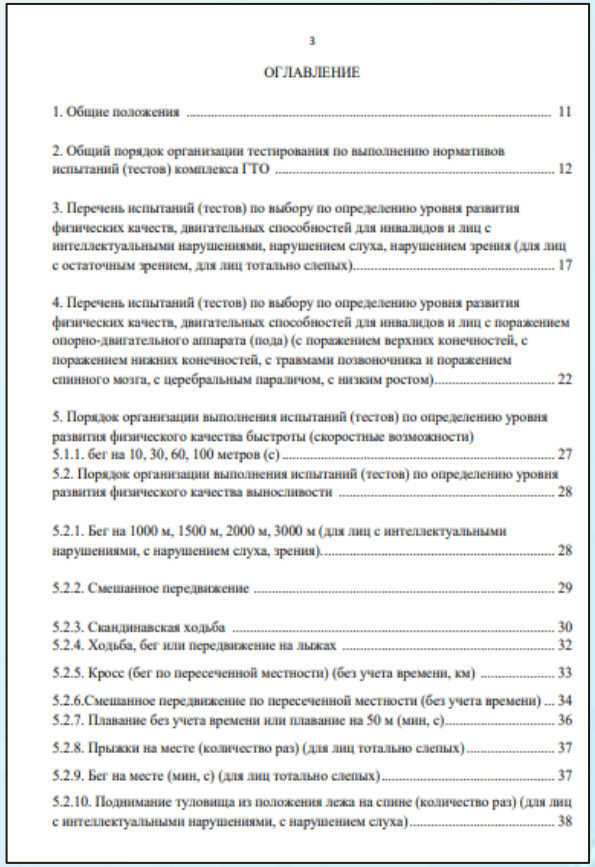
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ
ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»
(«НГУ ИМ. П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»)

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ) ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117

Москва 2023



ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Общие положения ... 11

2. Общий порядок организации тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО ... 12

3. Перечень испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития физических качеств, двигательных способностей для инвалидов и лиц с интеллектуальными нарушениями, нарушением слуха, нарушением зрения (для лиц с остаточным зрением, для лиц тотально слепых) ... 17

4. Перечень испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития физических качеств, двигательных способностей для инвалидов и лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (пода) (с поражением верхних конечностей, с поражением нижних конечностей, с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, с церебральным параличом, с низким ростом) ... 22

5. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества быстроты (скоростные возможности)
5.1.1. бег на 10, 30, 60, 100 метров (с) ... 27
5.2. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества выносливости ... 28

5.2.1. Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м (для лиц с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха, зрения) ... 28

5.2.2. Смешанное передвижение ... 29

5.2.3. Скандинавская ходьба ... 30
5.2.4. Ходьба, бег или передвижение на лыжах ... 32

5.2.5. Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени, км) ... 33

5.2.6.Смешанное передвижение по пересеченной местности (без учета времени) ... 34
5.2.7. Плавание без учета времени или плавание на 50 м (мин, с) ... 36

5.2.8. Прыжки на месте (количество раз) (для лиц тотально слепых) ... 37

5.2.9. Бег на месте (мин, с) (для лиц тотально слепых) ... 37

5.2.10. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) (для лиц с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха) ... 38

Сравнительный анализ результатов участия в выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных половозрастных групп в РФ

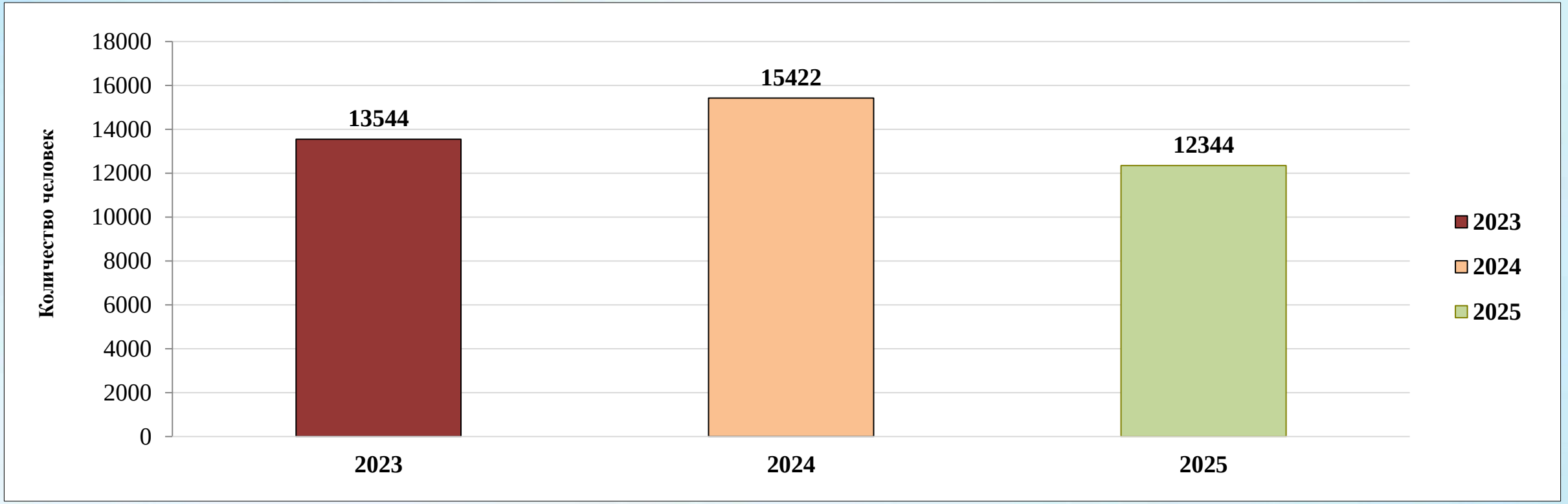


Рисунок 1 – Количество лиц мужского и женского пола (от 6 лет до 70 лет и старше), принявших участие в выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ОВЗ за период 2023-2025 гг.

Сравнительный анализ результатов участия в выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации

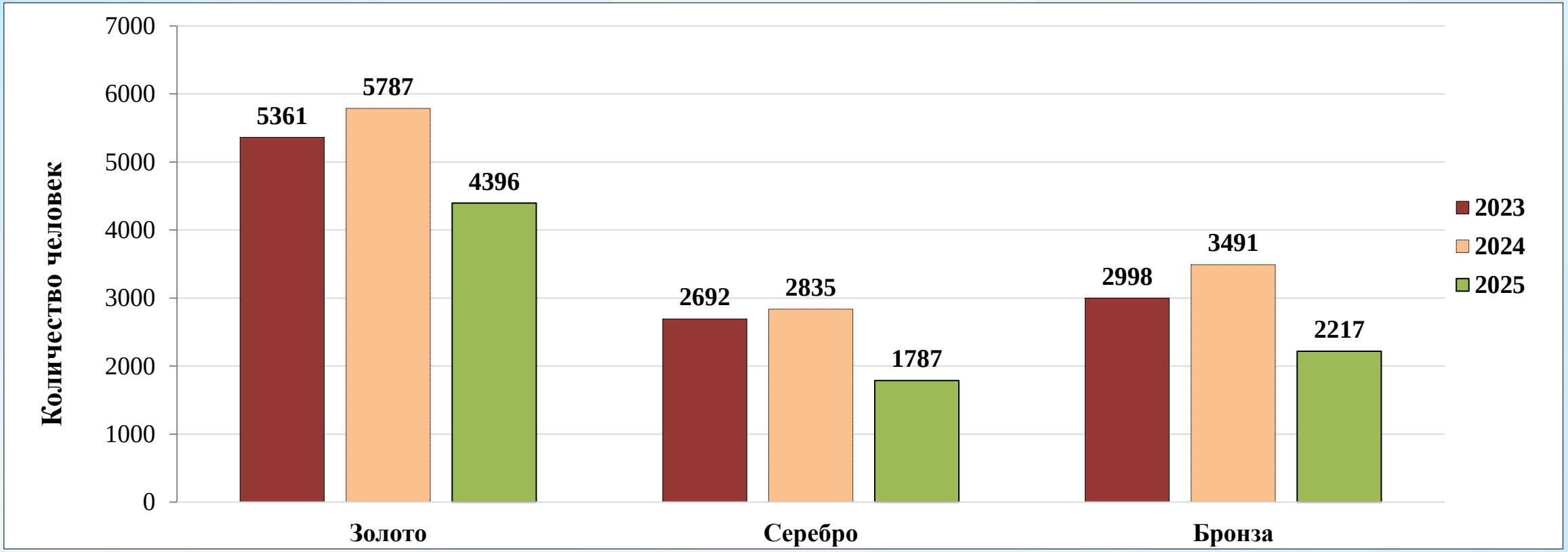
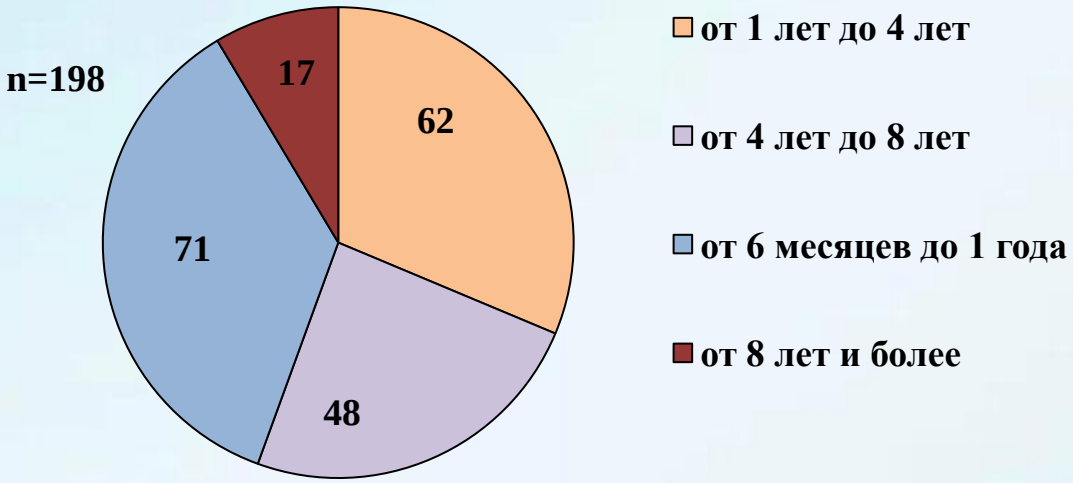


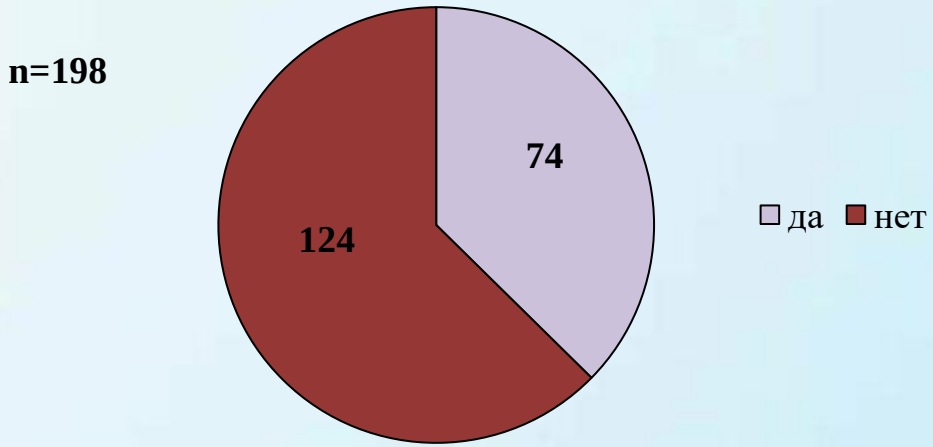
Рисунок 2 – Общее количество инвалидов и лиц с ОВЗ (от 6 лет до 70 лет и старше), выполнивших нормативы испытаний (тесты) ВФСК ГТО на знаки отличия за период 2023-2025 гг.

Выявление наиболее значимых затруднений при тестировании инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов) лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата

Укажите Ваш стаж работы по реализации ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ОВЗ



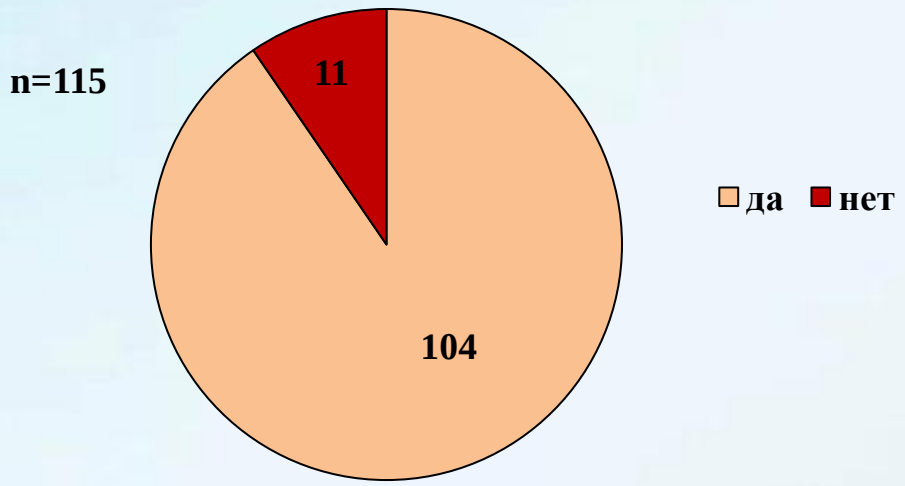
Проходили ли Вы обучение по программам повышения квалификации по реализации ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ОВЗ?



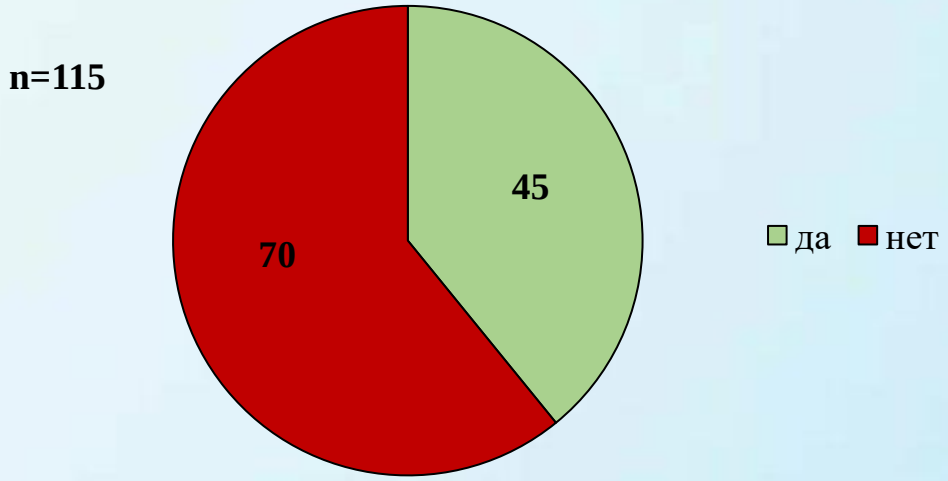
Результаты интернет-опрос специалистов, участвующих в реализации ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в субъектах Российской Федерации

Выявление наиболее значимых затруднений при тестировании инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата

Принимаете ли Вы участие в тестировании лиц с интеллектуальными нарушениями в рамках ВФСК ГТО



Принимаете ли Вы участие в тестировании лиц с церебральным параличом в рамках ВФСК ГТО



Результаты интернет-опрос специалистов, участвующих в реализации ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в субъектах Российской Федерации

Разработка научно-обоснованных предложений по совершенствованию государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов) лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата, опираясь на опыт реализации данного комплекса в субъектах Российской Федерации

❖ **В 2027 году планируется:**

1	Внести изменения в **приказ Минспорта России от 19.10.2017 № 909** «*Об утверждении порядка допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)*».
2	Внести изменения в **приказ Минспорта России № 852 от 17.10.2025 № 852** «*О внесении изменений в перечень спортивно-технологического оборудования для создания малых спортивных площадок, утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.12.2024 № 1286», добавив в перечень спортивно-технологического оборудования для создания малых спортивных площадок.*
3	Внести изменения и дополнения в нормативно-тестирующую часть ВФСК ГТО: - *в классификацию участников ВФСК ГТО*, - *разделение на отдельные подгруппы участников* **ВФСК ГТО** с **интеллектуальными нарушениями** и **поражением опорно-двигательного аппарата**.

Заключение

❖ **Разработан проект методических рекомендаций** *по совершенствованию разделов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.*

❖ **Разработаны научно-обоснованные предложения** *по совершенствованию государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей выполнения нормативов испытаний (тестов)* лиц с нарушением слуха, зрения, интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата.

Спасибо за внимание!