

Министерство спорта Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «СГУС»)

Федорова Н.И., Дарданова Н.А., Врублевский Е.П., Виноградова Л.В.,
Чернышева М.Д.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ВФСК ГТО НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ
ЭКСПЕРТНО-АНАЛИТИЧЕСКОГО АНАЛИЗА РЕАЛИЗАЦИИ ВФСК ГТО
В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В РАМКАХ РАБОТЫ ПО НАУЧНО-
МЕТОДИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ



Федорова Н.И. Совершенствованию ВФСК ГТО на основе результатов экспертно-аналитического анализа реализации ВФСК ГТО в Российской Федерации в рамках работы по научно-методическому обеспечению: методические рекомендации / Н.И. Федорова, Н.А. Дарданова, Е.П. Врублевский, Л.В. Виноградова, М.Д. Чернышева. - Смоленск: СГУС, 2025. - 22 с.

Методические рекомендации подготовлены в рамках работы по научно-методическому обеспечению Государственного задания на тему «Совершенствованию ВФСК ГТО на основе результатов экспертно-аналитического анализа реализации ВФСК ГТО в Российской Федерации» за 2022-2025 годы.

Методические рекомендации предназначены для специалистов в области физической культуры и спорта: инструкторов-методистов по физической культуре; учителям физической культуры; преподавателям по физической культуре; членам судейских бригад ГТО в процессе профессиональной деятельности.

© Федорова Н.И.

© Дарданова Н.А.

© Врублевский Е.П.

© Виноградова Л.В.

© Чернышева М.Д.

Содержание

| | |
|--|----|
| Введение..... | 4 |
| I. Методические рекомендации по организационно-управленческим условиям реализации ВФСК ГТО в субъектах Российской Федерации | 6 |
| II. Методические рекомендации по реализации нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО населением Российской Федерации от 6 до 70 лет и старше за 2023-2024 гг. | 10 |
| III. Методические рекомендации тиражированию лучших практик мотивации к участию в ВФСК ГТО | 12 |
| IV. Методические рекомендации по реализации ВФСК ГТО учетом популярности видов испытаний у населения от 6 до 70 лет и старше, участвующих в выполнении государственных требований ВФСК ГТО | 16 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ | 20 |

Введение

В рамках реализации национальных приоритетов в области укрепления здоровья населения и формирования культуры здорового образа жизни, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) выступает как ключевой инструмент государственной политики в сфере физической культуры и спорта. Его эффективность напрямую влияет на уровень физической подготовленности граждан всех возрастных групп — от детей до лиц старшего возраста — и служит основой для системного развития массового спорта и профилактики гиподинамии.

Реформа ВФСК ГТО, вступившая в силу с 1 апреля 2023 года, представила новую редакцию нормативов с расширением возрастной сетки с 11 до 18 ступеней. Это позволило значительно повысить точность и адекватность требований к физической подготовленности, учитывая биологические, социальные и поведенческие особенности различных демографических групп. Однако переход к новой модели потребовал пересмотра не только нормативной базы, но и всей системы её реализации: от организационного обеспечения до методического сопровождения и мотивации участников. Возникла необходимость в объективной оценке текущего состояния комплекса, выявлении скрытых барьеров и выработке научно обоснованных рекомендаций для его дальнейшего совершенствования.

Настоящие методические рекомендации являются заключительным научно-методическим продуктом, разработанным на основе комплексного экспертно-аналитического исследования, проведённого в 2023–2025 гг. коллективом ФГБОУ ВО «СГУС» и ФНЦ ВНИИФК в рамках научно-методического обеспечения Министерства спорта РФ. Он предназначен для использования в качестве методического руководства при планировании, организации и совершенствовании деятельности по реализации ВФСК ГТО на всех уровнях — от муниципалитетов до федеральных органов власти.

Аналитическая основа методических рекомендаций основана на:

- данных федерального статистического наблюдения 2-ГТО за 2023–2024 гг.;

- информации из АИС ГТО (gto.ru);

- результатов анкетирования специалистов и экспертов из субъектов РФ.

На основе полученных данных сформулированы практические, приоритетные и реализуемые рекомендации, направленные на:

- повышение привлекательности и доступности комплекса для трудоспособного и пожилого населения;

- устранение системных барьеров в сельской местности;

- усиление методического и цифрового сопровождения;

- трансформацию ВФСК ГТО из формальной процедуры в устойчивое, массовое социально ориентированное движение за активный и здоровый образ жизни.

Настоящие методические рекомендации предназначены для использования в работе органов исполнительной власти, образовательных и спортивных организаций, центров тестирования и всех участников реализации ВФСК ГТО на всех уровнях.

I. Методические рекомендации по организационно-управленческим условиям реализации ВФСК ГТО в субъектах Российской Федерации

Данные методические рекомендации разработаны на основе анализа статистической отчетности по форме 2-ГТО за 2023–2024 годы и направлены на совершенствование системы управления деятельностью по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на региональном и муниципальном уровнях. Целью настоящих рекомендаций является выработка унифицированных подходов, позволяющих повысить эффективность функционирования центров тестирования, обеспечить устойчивое кадровое пополнение и преодолеть неравномерность развития инфраструктуры, особенно в сельской местности.

С целью развития и управления сетью центров тестирования (ЦТ) необходимо:

1. Установить нормативы оснащения и оценки деятельности ЦТ.

Разработать типовые требования (постановление Минспорта России) к материально-технической базе ЦТ в зависимости от категории населенного пункта (город, районный центр, село).

Ввести систему рейтинговой оценки деятельности ЦТ по ключевым показателям: количество протестированных граждан, уровень выполнения нормативов, наличие и качество обратной связи, проведение просветительских мероприятий.

2. Стимулировать развитие инфраструктуры в сельской местности.

Создать программу «Мобильные ЦТ»: предоставить субсидии регионам на приобретение и оснащение автоприцепов или специализированных автомобилей для проведения тестирования в отдаленных населенных пунктах.

Включить в планы капитального ремонта спортивных объектов в сельской местности обязательное финансирование закупки оборудования для организации зоны тестирования ГТО.

Установить целевые показатели для субъектов РФ по доле ЦТ и мест

тестирования в сельской местности (например, не менее 35% от общего количества).

3. Оптимизировать полномочия и взаимодействие уровней власти.

Региональным департаментам (министерствам) спорта рекомендуется взять на себя роль координатора, разрабатывая единые графики работы всех ЦТ на территории субъекта РФ.

Муниципальным образованиям следует сосредоточиться на обеспечении доступности ЦТ для населения и поддержании их материальной базы.

Формировать межведомственные рабочие группы (спорт, образование, здравоохранение, молодежная политика) для комплексного планирования и реализации мероприятий ГТО.

С целью кадрового обеспечения и повышение квалификации специалистов, реализующих ВФСК ГТО необходимо:

1. Создать систему непрерывного профессионального развития.

Ввести обязательное условие: аккредитация ЦТ должна продлеваться только при условии, что не менее 70% его штатных сотрудников прошли повышение квалификации за последние три года.

Разработать модульную систему онлайн-курсов для специалистов ГТО. Курсы должны охватывать актуальные темы: новые нормативы, методики подготовки, работа с людьми с ОВЗ, цифровизация процесса.

Утвердить перечень учебных центров, имеющих право проводить обучение специалистов ГТО, с регулярным аудитом качества их программ.

2. Разработать систему мотивации для специалистов из сельской местности.

Предусмотреть компенсацию расходов на командировки для прохождения очного обучения (проезд, проживание, суточные).

Ввести ежегодную выплату (стимул) для сотрудников ЦТ, проживающих и работающих в сельской местности, за успешное прохождение курсов повышения квалификации.

Проводить выездные практико-ориентированные семинары по повышению квалификации непосредственно в районах с высокой концентрацией сельских ЦТ.

3. Активизировать привлечение судей.

Разработать программу подготовки "Юный судья ГТО" для старшеклассников и студентов вузов физкультурного профиля, с последующим трудоустройством.

С целью информационного сопровождения и популяризации ВФСК ГТО необходимо:

1. Унифицировать коммуникационную стратегию.

Разработать стандартный пакет информационных материалов (плакаты, буклеты, видеоролики) для регионов, адаптированных под локальный контекст.

Обязательно использовать платформы социальных сетей и мессенджеров для продвижения ГТО среди молодежи.

Научить специалистов ЦТ работать с СМИ, организовывать пресс-мероприятия по итогам масштабных тестирований.

2. Повысить прозрачность и доступность информации.

Обеспечить, чтобы на официальных сайтах региональных органов исполнительной власти и муниципальных образований была легко доступная информация: список всех ЦТ, график работы, контактные данные, порядок записи.

Развивать функционал портала ГТО (gto.ru) для возможности онлайн-записи на тестирование и получения электронного сертификата.

С целью финансового и экономического стимулирования необходимо:

1. Внедрить систему грантов.

Запустить ежегодный конкурс грантов для лучших ЦТ, демонстрирующих высокие результаты по вовлечению населения (особенно в сельской местности), внедрению инновационных практик или работе с группами риска (люди с ОВЗ, пожилые).

Предусмотреть отдельную номинацию для проектов по развитию мобильных ЦТ.

Успешная реализация ВФСК ГТО возможна только при наличии четкой, сбалансированной и мотивирующей системы управления на всех уровнях. Предложенные рекомендации носят комплексный характер и направлены на создание условий для устойчивого и равномерного развития движения ГТО по всей территории Российской Федерации. Их реализация позволит не только сохранить достигнутые результаты, но и вывести систему на качественно новый уровень, способствуя формированию здорового образа жизни у миллионов граждан страны.

II. Методические рекомендации по реализации нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО населением Российской Федерации от 6 до 70 лет и старше за 2023-2024 гг.

Данные методические рекомендации разработаны на основе анализа статистической отчетности по форме 2-ГТО за 2023–2024 годы и направлены на повышение эффективности мероприятий по реализации ВФСК ГТО, в части касающейся увеличения вовлеченности населения в занятия спортом и физической культурой в субъектах и регионах Российской Федерации.

С целью совершенствования системы внедрения и популяризации ВФСК ГТО необходимо следующее.

1. Реализовывать адресный подход к регионам:

- разработать и внедрить дифференцированные программы развития ГТО, учитывающие специфику каждого региона (географические, экономические, социальные и культурные особенности);

- провести углублённый анализ причин низкой вовлеченности населения и разработать целевые программы для повышения интереса и доступности комплекса ГТО для регионов-аутсайдеров (например, Республика Дагестан, г. Севастополь, Магаданская область, Республика Ингушетия);

- использовать положительный опыт регионов-лидеров (Ямало-Ненецкий автономный округ, Краснодарский край, Брянская область) для разработки эффективных стратегий популяризации ГТО.

2. Активизировать работу в сельской местности:

- улучшить инфраструктуру для занятий физической культурой и спортом в сельских населенных пунктах;

- организовать в сельской местности выездные мероприятия, фестивали и соревнования по выполнению нормативов ГТО;

- расширить информационную кампанию о преимуществах участия в ГТО для жителей сельской местности (через местные СМИ, сельские клубы, библиотеки и т.д.);

- использовать положительный опыт регионов с высоким процентом участия сельского населения (Республика Адыгея, Чувашская Республика, Республика Татарстан) при разработке программ популяризации ГТО для сельских территорий.

3. Вовлекать взрослое население в движение ГТО:

- разработать и внедрять в практику стимулирующие программы для взрослых, участвующих в ГТО (например, предоставление дополнительных дней к отпуску, льготы на посещение спортивных учреждений, скидки на спортивное снаряжение);

- организовать корпоративные мероприятия по выполнению нормативов ГТО для трудовых коллективов;

- проводить информационную кампанию о пользе выполнения нормативов ГТО для здоровья и профессиональной деятельности взрослых.

- создать условия для выполнения нормативов ГТО в удобное для взрослых время и в доступных местах (например, в парках, на стадионах).

III. Методические рекомендации тиражированию лучших практик мотивации к участию в ВФСК ГТО

Реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в 2023–2025 годах продемонстрировала значительный прогресс в стабилизации системы, однако одной из ключевых проблем остается низкая вовлеченность взрослого населения, особенно трудоспособных граждан и жителей сельской местности. Экспертные исследования, проведенные на основе опросов 139 специалистов из 42 субъектов Российской Федерации, показали, что мотивационная составляющая является определяющим фактором успешности участия в ВФСК ГТО: без системных стимулов вовлечение остаётся низким и ситуативным.

При этом в отдельных регионах — таких как Республика Саха (Якутия), Пермский край, Тульская область и город Самара — уже реализуются эффективные механизмы мотивации, сочетающие экономические, социальные и нематериальные стимулы. Эти практики подтвердили свою результативность: в некоторых случаях уровень участия вырос более чем на 35% за два года. Однако их применение носит локальный характер и не тиражируется на масштаб всей страны.

Настоящие методические рекомендации разработаны на основе анализа успешных региональных и корпоративных практик, а также экспертных заключений за 2023–2025 гг.

1. Разработка и внедрение «Модульной системы стимулов ГТО» на федеральном уровне

Для обеспечения системности и масштабируемости предлагается создать «Модульную систему стимулов ГТО» — унифицированную, но адаптируемую модель, которая позволит регионам и организациям выбирать наиболее подходящие механизмы мотивации в зависимости от ресурсов и приоритетов.

Рекомендуемые модули:

| Модуль | Содержание | Примеры из практики |
|--|---|---|
| Экономические стимулы | Прямые и косвенные финансовые поощрения за прохождение нормативов ГТО. Налоговый вычет за сдачу ГТО (федеральный уровень). | Единовременные выплаты от работодателей (Пермский край); Скидки до 30% на спортивную экипировку и абонементы (Тульская область). |
| Социальные льготы | Преференции в сфере социальной защиты, здравоохранения, образования и жилищной политик | Дополнительные дни оплачиваемого отдыха для сотрудников, сдавших ГТО (Самара) Льготы на детские сады для родителей, прошедших ГТО (Республика Саха). |
| Корпоративные программы | Интеграция ГТО в систему управления персоналом и корпоративного здоровья | Премирование командных достижений; Участие предприятий в рейтинге «Здоровое предприятие». |
| Нематериальные и символические стимулы | Общественное признание, награды, участие в мероприятиях | Публикация имён участников в местных СМИ; Вручение медалей и благодарностей от главы региона. |

2. Создание платформы для обмена и тиражирования практик.

Для систематизации и распространения успешных решений рекомендуется:

Создать онлайн-платформу «ГТО-стимул» на базе портала gto.ru, где регионы и организации смогут:

- Регистрировать свои программы стимулирования;
- Загружать методические материалы, шаблоны договоров, положения;
- Получать консультации и экспертную поддержку;
- Оценивать эффективность программ по единой методике.

Организовать ежегодный конкурс «Лучшая практика мотивации в ГТО» с участием Минспорта России, Минтруда, Минздрава и представителей бизнеса. Победители получают:

- Финансирование для тиражирования своей модели в других регионах;
- Включение в официальные методические сборники;
- Презентацию практики на Всероссийских форумах по физической культуре.

3. Методическое сопровождение и нормативная поддержка.

Включить поддержку мотивационных программ ВФСК ГТО в федеральные целевые программы по развитию физической культуры и спорта, а также в национальный проект «Демография».

Разработать модельный законодательный акт для субъектов РФ, позволяющий устанавливать налоговые и административные преференции для участников ГТО.

4. Информирование и повышение осведомленности.

Эффективность стимулов напрямую зависит от уровня информированности населения. Рекомендуется:

Внедрить систему автоматических уведомлений через мобильное приложение ГТО и SMS-рассылки о доступных льготах и сроках действия программ.

Создать информационные цепочки по аудиториям:

- Школьники — МАХ, школьные чаты;
- Студенты — университетские порталы, студенческие медиа;
- Работающие — корпоративные порталы, МАХ, почтовые рассылки;
- Пожилые — встречи в домах культуры, почтовые бюллетени, радиоэфир.

Привлечь амбассадоров ГТО — известных спортсменов, врачей, блогеров — для популяризации успехов и рассказов о пользе стимулов.

Таким образом, только при условии системного подхода к мотивации участия населения, ВФСК ГТО сможет перейти к статусу национального

движения за здоровый образ жизни, способствуя достижению стратегических целей в области здоровья, демографии и качества жизни граждан Российской Федерации.

IV. Методические рекомендации по реализации ВФСК ГТО учетом популярности видов испытаний у населения от 6 до 70 лет и старше, участвующих в выполнении государственных требований ВФСК ГТО

В рамках реализации государственной политики по укреплению здоровья нации и популяризации физической культуры и спорта, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) является ключевым инструментом мотивации населения к регулярной физической активности. С 2014 года программа ГТО охватывает все возрастные группы — от детей 6 лет до граждан старше 70 лет, что делает её уникальной по масштабу и социальной включенности.

Многолетние исследования количественных и качественных показателей комплекса ГТО в аспекте возрастных ступеней позволяют сформулировать следующие *методические рекомендации*:

1. Реализовывать информационную кампанию, направленную на повышение осведомленности населения о важности развития физических качеств для лиц различного пола и возраста. Для этого в рамках проводимой информационной работы с населением:

- акцентировать внимание на доступности ГТО для людей с разным уровнем физической подготовки;
- разрабатывать информационные материалы, ориентированные на разные возрастные группы и интересы (школьники, студенты, работающие, пенсионеры);
- максимально использовать потенциал социальных сетей для распространения информации о ГТО, публикация мотивирующих историй, видеороликов, проведение конкурсов и акций;
- учитывать гендерные особенности при создании контента.

2. Обеспечить доступность необходимой инфраструктуры и оборудования для занятий видами спорта, развивающими выносливость и прикладные навыки (например, лыжные трассы, места для занятий туризмом).

В связи с этим предлагается реализовать комплексную программу по модернизации и расширению инфраструктуры:

- развитие сети сезонной и межсезонной инфраструктуры за счет организации и официально утвержденных региональных и муниципальных туристско-оздоровительных маршрутов с установкой информационных указателей, контрольных точек и элементов проверки туристских навыков (узловая связка, разборка палатки, оказание первой помощи); создания и благоустройства лыжных баз и беговых дорожек, включая освещение и подготовку трасс в зимний период; разработки и внедрению стандартов «ГТО-пешеходного маршрута» и «ГТО-лыжной трассы», включающих требования к протяженности, покрытию, безопасности и наличию зон отдыха;

- оснащения центров тестирования универсальным и мобильным оборудованием за счет обеспечения всех ЦТ, особенно сельских и муниципальных, компактным оборудованием для тестирования силовых и скоростно-силовых качеств (электронные секундомеры, лазерные рулетки, гимнастические скамьи, набивные мячи); приобретения и предоставления в пользование передвижных модульных комплексов, оснащенных полным набором инвентаря для проведения тестов на выносливость, координацию и прикладные навыки, для работы в удаленных и труднодоступных населенных пунктах;

- партнерство с коммерческими и некоммерческими организациями на основе заключения соглашений с частными фитнес-клубами, турбазами, спортивными школами и клубами по видам спорта (лыжи, легкая атлетика, туризм) о временном использовании их спортивных сооружений и инвентаря для проведения массовых мероприятий ГТО и тестирований; введения системы налоговых льгот или субсидий для организаций, предоставляющих свои площадки для подготовки и тестирования по нормативам ГТО;

- цифровизация и информирование о доступной инфраструктуре с использованием интеграции карт всех одобренных туристических маршрутов, лыжных трасс и других специализированных объектов в мобильное

приложение ГТО, а также создание единого онлайн-каталога «Инфраструктура ГТО» с возможностью поиска ближайших мест для подготовки по каждому виду испытания.

3. Наладить «обратную связь» с участниками тестирования с целью сбора отзывов участников о процессе тестирования и учета мнения населения при совершенствовании системы ГТО. Для этого предлагается:

- организовывать регулярные опросы через цифровые платформы на основе внедрения обязательного блока анкетирования после каждого успешного прохождения тестирования в мобильном приложении ГТО и на портале gto.ru. Анкета должна быть краткой и удобной, охватывать вопросы о качестве организации мероприятия, дружелюбии судейства, состоянии оборудования, сложности выбранного испытания и общих впечатлениях; проведения ежегодного масштабного онлайн-опроса среди всех категорий пользователей (дети, молодежь, трудоспособное население, пенсионеры) с целью изучения их мотивации, барьеров участия и предложений по улучшению системы.

- создание и развитие системы отзывов и рейтингов на основе открытия раздела «Отзывы о Центре тестирования» на сайте gto.ru, аналогично системам на маркетплейсах, что повысит конкуренцию между ЦТ, простимулирует их к улучшению качества обслуживания и позволит другим участникам делать осознанный выбор; формирования рейтинга ЦТ, который должен публиковаться в открытом доступе.

- обеспечение «прямых каналов» коммуникации за счет настройки чат-бота в мобильном приложении и на сайте, способного оперативно отвечать на часто задаваемые вопросы и принимать жалобы/предложения; регулярного проведения «прямых эфиров» и онлайн-конференций с экспертами и руководителями ЦТ, где участники смогут напрямую задавать вопросы и высказывать свое мнение.

- создание рабочей группы при федеральном операторе ГТО, ответственной за мониторинг и анализ всей поступающей обратной связи, а также за подготовку рекомендаций по ее результатам.

Таким образом, ВФСК ГТО — это не просто система нормативов, а инструмент формирования культуры активного и здорового образа жизни на протяжении всей жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бобков, В.В. Новая редакция ВФСК ГТО: обновленные возрастные ступени, тесты и требования к физической подготовленности участников испытаний/ В.В. Бобков, Л.Г. Рыжкова, И.В. Лазарев, С.В. Першиков // Теория и практика физической культуры. - 2023. - № 7. — С. 59-62.
2. Бобкова, Е.Н. Особенности реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО на региональном уровне / Е. Н. Бобкова, Э. А. Зюрин, А. В. Киреева, Е. П. Врублевский // Теория и практика физической культуры. – 2024. – № 6. – С. 52-54.
3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс. Мобильное приложение [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://gto.ru/news> (дата обращения: 10.10.2024).
4. Дарданова, Н. А. Проблема реализации и совершенствования ВФСК ГТО среди населения в России / Н. А. Дарданова, М. Д. Чернышева // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2025. – № 3(53). – С. 34-39.
5. Зюрин, Э. А. Теоретические и практические аспекты внедрения цифровых технологий в сферу физической культуры и массового спорта / Э. А. Зюрин, Е. Н. Петрук, Е. Н. Бобкова. – Москва : ООО "Принт-Экспресс", 2025. – 194 с.
6. Зюрин, Э.А. Характеристика физической подготовленности взрослого населения на основе результатов выполнения испытаний ВФСК ГТО/ Э.А. Зюрин, М.П. Шестаков, Е.Н. Петрук // Вестник спортивной науки. – 2023. - №4. - С. 61-65.
7. Киенко, Т.С. Социальное участие людей старшего возраста в российских регионах / Т. С. Киенко, Л. А. Штомпель, М. В. Певная [и др.]. – Ростов-на-Дону : ООО "Печатная лавка", 2024. – 312 с.

8. Лубышева, Л.И. Ведущие тренды продвижения ВФСК "ГТО" в парадигме вызовов новой реальности / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. — 2023. — № 4. — С. 109.

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)» с изменениями №1035 от 10.07.2025 г [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 10.09.2025).

10. Пушкарева, Л. Г. Продвижение ВФСК ГТО в современных мессенджерах / Л. Г. Пушкарева, А. Д. Паутов // Вестник Сибирского государственного университета физической культуры и спорта. – 2024. – № 1(10). – С. 62-66.

11. Статистическая информация Минспорта России. Сводный отчет 2-ГТО за 2023 г. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/documents/142/> (дата обращения: 26.05.2025).

12. Статистическая информация Минспорта России. Сводный отчет 2-ГТО за 2024 г. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/documents/142/> (дата обращения: 25.09.2025).

13. Теоретические и практические аспекты двигательной активности взрослого населения с учетом закономерностей и тенденций развития человека в онтогенезе: монография / под общ. ред. Э.А. Зюрина - М.: ФГБУ ФНЦ ВНИИФК; ГАОУ ВО МГУСиТ, 2022. - 480 с.

14. Федеральный закон от 12 июля 2024 г. N 176-ФЗ «О внесении изменений в части первую и вторую Налогового кодекса Российской Федерации, отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившими силу отдельных положений законодательных актов Российской Федерации» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://actual.pravo.gov.ru/content/content.html#hash=d40201b1253889bf80d3449d2c01efe86d06f1e5dd831f0114dee91fdd571cc1&ttl=0&bpa=ebpi&dridx=464218>

(дата обращения: 10.09.2025).

15. Федеральный проект «Спорт - норма жизни». - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/demography/5> (дата обращения: 05.11.2025).

16. Федорова, Н. И. Выполнение испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО как показатель физической подготовленности россиян / Н. И. Федорова, Н. А. Дарданова, Е. П. Врублевский // Теория и практика физической культуры. – 2025. – № 10. – С. 70-72.