

## Обновлённые возрастные ступени ГТО!

Автор: site

26.01.2023 03:38 - Обновлено 26.01.2023 03:53

---

Подписано Постановление Правительства России, согласно которому с 23 марта 2023 года структура комплекса ГТО видоизменится с 11 возрастных ступеней на 18.

Этот документ стал результатом кропотливой совместной работы с ответственными представителями Минспорта России, направленной на удовлетворение неоднократно поступавших пожеланий населения страны «сделать "шаг" в ступенях поменьше».

Теперь для детей и подростков «шаг» установлен в 2 года, что логично отражает уровень развития организма и основных физических качеств человека, по законам природы.

У взрослых «шаг» с 10 лет сократится до 5 лет. Как следствие, комплекс ГТО должен стать более привлекательным для трудовых коллективов!

Действие обновлённых возрастных ступеней повлечет за собой как корректировку нормативов и знаков отличия, так и внесение изменений в АИС ГТО, а также целую череду новшеств.

Подтянись к движению! Выполни нормы ГТО!

# ОБНОВЛЁННЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО

**ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ** от 6 до 7 лет

**ВТОРАЯ СТУПЕНЬ** от 8 до 9 лет

**ТРЕТЬЯ СТУПЕНЬ** от 10 до 11 лет

**ЧЕТВЕРТАЯ СТУПЕНЬ** от 12 до 13 лет

**ПЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 14 до 15 лет

**ШЕСТАЯ СТУПЕНЬ** от 16 до 17 лет

**СЕДЬМАЯ СТУПЕНЬ** от 18 до 19 лет

**ВОСЬМАЯ СТУПЕНЬ** от 20 до 24 лет

**ДЕВЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 25 до 29 лет

**ДЕСЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 30 до 34 лет

**ОДИННАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 35 до 39 лет

**ДВЕНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 40 до 44 лет

**ТРИНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 45 до 49 лет

**ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 50 до 54 лет

**ПЯТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 55 до 59 лет

**ШЕСТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 60 до 64 лет

**СЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 65 до 69 лет

**ВОСЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 70 лет и старше