

ПОД РУКОЙ

ГАЙД · ДЕНЬГИ

Как вернуть 13%

Налоговые вычеты за квартиру, лечение, учёбу, спорт и ИИС — пошагово



Издание 2026 года

Пошагово · с расчётами · таблицы и чек-листы

Анастасия Королёва

Как вернуть 13%

«Автор»

2026

Королёва А. А.

Как вернуть 13% / А. А. Королёва — «Автор», 2026

Каждый год вы платите 13% подоходного налога. Часть этих денег можно вернуть: за квартиру и ипотеку, лечение и лекарства, учёбу свою и детей, фитнес, страхование жизни, пенсионные взносы и ИИС. Эта книга простыми словами объясняет, кто имеет право на вычет, какие лимиты действуют сейчас (150 000 на социальные расходы, 110 000 на обучение ребёнка, 2 млн и 3 млн на жильё и проценты) и как подать заявление через личный кабинет или работодателя. Внутри — пошаговые инструкции, расчёты на примерах реальных семей, чек-листы документов, разбор частых ошибок и ответы на популярные вопросы. Вы узнаете, как вернуть деньги за три прошлых года и почему ИП на УСН обычно не может получить вычет.

© Королёва А. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Вступление. Деньги, которые уже ваши	6
Глава 1. Что такое налоговый вычет	7
Простое определение	7
Главное правило: вернуть можно только то, что заплатили	8
Какая ставка налога и сколько вернут	9
Виды вычетов	10
Вычет — это не скидка	11
Глава 2. Кто может получить вычет	12
Основное условие	12
Какие доходы подходят	13
Кто не может получить вычет	14
Почему ИП на УСН обычно не получают вычет	15
Пример: ИП с зарплатой	16
Пенсионеры и жильё	17
Чек-лист: есть ли у вас право на вычет	18
Глава 3. Имущественный вычет: квартира, дом, участок	19
Сколько можно вернуть	19
За что дают вычет	20
Перенос остатка	21
Пример 1. Квартира за 5 млн без ипотеки	22
Пример 2. Квартира за 1,5 млн, потом вторая	23
Пример 3. Ипотека и проценты	24
Вычет в браке	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Анастасия Королёва

Как вернуть 13%

Как вернуть 13%

Налоговые вычеты за квартиру, лечение, учёбу, спорт и ИИС — пошагово

Под рукой

Table of Contents

Вступление. Деньги, которые уже ваши

Каждый месяц работодатель удерживает из зарплаты налог. Обычно это 13%. Вы его почти не замечаете. Он уходит в бюджет до того, как деньги попадают на карту.

Но часть этого налога можно вернуть. Государство разрешает это, если вы тратите деньги на важные вещи. Покупаете жильё. Лечитесь. Учитесь. Занимаетесь спортом. Копите на пенсию. Инвестируете.

Такой возврат называется налоговым вычетом. Это не льгота для избранных. Это право любого, кто платит налог на доходы физических лиц, то есть НДФЛ.

Многие не пользуются этим правом. Причины простые. Кажется, что это сложно. Кажется, что нужно много бумаг. Кажется, что сумма маленькая. Всё три — неправда.

Сегодня большую часть вычетов можно оформить из дома. Через личный кабинет налогоплательщика. Иногда даже без декларации. А суммы бывают совсем не маленькими. За квартиру можно вернуть до 260 000 рублей. За проценты по ипотеке — ещё до 390 000. За лечение и учёбу — до 19 500 рублей в год. И это каждый год.

В этой книге мы разберём всё по шагам. Простыми словами. С примерами и расчётами. Вы узнаете:

- кто имеет право на вычет, а кто нет;
- сколько можно вернуть за квартиру и ипотеку;
- как работают социальные вычеты и их общий лимит;
- что такое ИИС и какой тип выбрать;
- как подать заявление через личный кабинет;
- как получить вычет через работодателя;
- какие документы собрать;
- какие ошибки чаще всего совершают люди.

Книгу можно читать подряд. А можно открыть нужную главу. В конце каждой важной части есть чек-лист. Отмечайте пункты по ходу дела.

Одно важное предупреждение. Налоговые правила меняются. Мы проверили цифры на момент написания. Но перед подачей документов сверьтесь с сайтом ФНС — nalog.gov.ru. Там всегда актуальная информация.

Глава 1. Что такое налоговый вычет

Простое определение

Налоговый вычет — это сумма, на которую уменьшается ваш доход для расчёта налога. Или возврат части уже уплаченного налога.

Звучит сложно. Разберём на примере.

Вы заработали за год 1 000 000 рублей. С них удержали 13% налога. Это 130 000 рублей.

Вы потратили 100 000 рублей на лечение зубов. Государство говорит: эти 100 000 можно вычесть из дохода. Тогда ваш облагаемый доход — 900 000 рублей. Налог с него — 117 000 рублей.

Разница: $130\,000 - 117\,000 = 13\,000$ рублей. Эти деньги вам вернут.

Проще говоря, вы получаете назад 13% от потраченной суммы. Но только в пределах лимита и только в пределах уплаченного налога.

Главное правило: вернуть можно только то, что заплатили

Это правило нужно запомнить сразу. Вычет не даёт денег «сверху». Он возвращает ваш же налог.

Если вы за год заплатили 20 000 рублей НДФЛ, больше 20 000 за этот год вам не вернут. Даже если расходы были огромными.

Для имущественного вычета остаток переносится на следующие годы. Для социальных вычетов — нет. Что не использовали за год, то сгорает.

Какая ставка налога и сколько вернут

Раньше почти у всех ставка была 13%. С 2025 года в России действует прогрессивная шкала НДФЛ. Ставка зависит от размера годового дохода. Она от 13% до 22%.

Для большинства людей ничего не изменилось. Если ваш доход до 2,4 млн рублей в год, ставка остаётся 13%. Значит, и вернуть можно 13% от расходов.

Если доход выше, часть налога платится по ставке 15% и выше. В этом случае и вычет может дать больше. Для разных вычетов здесь есть свои тонкости. Например, по имущественному вычету, по нашим данным, возврат считают по ставке 13% или 15% в зависимости от дохода. Точные правила для вашей ситуации проверьте на nalog.gov.ru.

В этой книге мы считаем по ставке 13%. Это самый частый случай. Отсюда и название — «Как вернуть 13%».

Виды вычетов

Вычетов много. Нас интересуют те, что связаны с расходами. Вот основные группы:

Группа

За что

Статья НК РФ

Имущественные

Покупка или строительство жилья, проценты по ипотеке

220

Социальные

Лечение, лекарства, обучение, спорт, страхование жизни, пенсионные взносы, благотворительность, ГТО

219

Инвестиционные

Взносы на ИИС, доход по ИИС

219.1, 219.2

Стандартные

На детей, на себя для отдельных категорий

218

Стандартные вычеты обычно даёт работодатель автоматически, по заявлению. Например, на детей. О них в этой книге мы говорим мало. Главное внимание — вычетам за расходы.

Вычет — это не скидка

Иногда люди думают, что вычет снижает цену покупки. Нет. Вы платите полную цену. Потом возвращаете часть налога. Деньги приходят позже. Обычно через несколько месяцев после подачи документов.

Поэтому не стоит строить расчёт крупной покупки на будущем вычете. Это приятный бонус. Но не способ оплатить покупку.

Частые ошибки

- Думать, что вычет вернёт 13% от любой суммы. На деле есть лимиты и потолок — уплаченный налог.
- Ждать денег сразу после покупки. Возврат приходит после проверки, обычно в течение нескольких месяцев.
- Путать вычет с компенсацией от работодателя или с субсидией. Это разные вещи.

Глава 2. Кто может получить вычет

Основное условие

Вычет получает тот, кто платит НДФЛ по ставке 13% (или выше по прогрессивной шкале). Это налоговые резиденты России с доходом, который облагается этим налогом.

Налоговый резидент — человек, который провёл в России не меньше 183 дней за 12 месяцев подряд. Гражданство здесь не главное. Важно именно время пребывания.

Какие доходы подходят

Чаще всего это:

- зарплата по трудовому договору;
- доход по договору гражданско-правового характера (ГПХ);
- доход от сдачи квартиры в аренду, если вы платите НДФЛ, а не налог для самозанятых;
- доход от продажи имущества, если с него нужно платить налог;
- некоторые инвестиционные доходы.

Если с дохода удерживали НДФЛ — значит, есть из чего возвращать.

Кто не может получить вычет

Вычет не положен, если вы не платите НДФЛ. Вот частые случаи:

- неработающие пенсионеры без других доходов (но для покупки жилья есть исключение — перенос на прошлые годы, о нём ниже);
- самозанятые, которые платят налог на профессиональный доход (НПД), если других доходов нет;
- ИП на упрощённой системе (УСН) или патенте, если других доходов с НДФЛ нет;
- безработные;
- студенты без официального заработка;
- нерезиденты.

Почему ИП на УСН обычно не получают вычет

Этот вопрос задают очень часто. Разберём подробно.

Индивидуальный предприниматель на УСН платит не НДФЛ, а единый налог по упрощённой системе. Это 6% с доходов или 15% с разницы «доходы минус расходы». Такой налог заменяет НДФЛ для доходов от бизнеса.

Налоговый вычет по НК РФ уменьшает базу именно по НДФЛ. А у ИП на УСН нет этой базы. Поэтому и вычитать не из чего.

То же касается ИП на патенте и самозанятых на НПД.

Но есть исключения. Если у ИП есть ещё доход с НДФЛ, вычет можно получить с этого дохода. Например:

- ИП параллельно работает по трудовому договору;
- ИП сдаёт личную квартиру и платит с этого НДФЛ;
- ИП продал машину или квартиру и заплатил НДФЛ.

Тогда вычет считается от налога с этого «обычного» дохода.

Ещё один вариант — оформить вычет на супруга. Если муж — ИП на УСН, а жена работает по найму, квартиру можно оформить так, чтобы вычет получила жена. Для покупки жилья в браке это обычно разрешено. Подробнее — в главе об имущественном вычете.

Пример: ИП с зарплатой

Ольга — ИП на УСН 6%. Ещё она работает на полставки в школе. Зарплата — 30 000 рублей в месяц. За год с неё удержано НДФЛ: $30\,000 \times 12 \times 13\% = 46\,800$ рублей.

Ольга потратила 80 000 рублей на лечение. Вычет: $80\,000 \times 13\% = 10\,400$ рублей. Это меньше, чем 46 800. Значит, Ольга получит 10 400 рублей полностью.

Доход от бизнеса здесь не участвует. Только зарплата.

Пенсионеры и жильё

Неработающие пенсионеры налог обычно не платят. Пенсия не облагается НДФЛ. Но для имущественного вычета есть особое правило.

Пенсионер может перенести вычет на три года до покупки. Если в те годы он работал и платил налог, вычет можно получить за них.

Пример. Пенсионерка Нина купила квартиру в 2025 году. Работала до 2024 года. Она может заявить вычет за 2025 год и перенести остаток на 2024, 2023 и 2022 годы. Если в эти годы она платила НДФЛ, деньги вернут.

Точные даты переноса уточните на nalog.gov.ru: правило зависит от года покупки и года выхода на пенсию.

Чек-лист: есть ли у вас право на вычет

- ☐ Я налоговый резидент России (больше 183 дней в году в стране)
- ☐ У меня есть доход, с которого удерживали или платили НДФЛ
- ☐ Я знаю, сколько налога заплатил за нужный год (справка о доходах)
- ☐ Расходы я оплатил сам или за родственника, которого разрешает закон
- ☐ Прошло не больше трёх лет с конца года, за который я заявляю социальный вычет

Частые ошибки

- Подавать на вычет без официального дохода. ФНС откажет: возвращать нечего.
- Думать, что ИП на УСН получит вычет со своего «упрощённого» налога. Нет, только с доходов с НДФЛ.
- Забывать про супруга. Часто выгоднее оформить вычет на того, кто платит больше налога.

Глава 3. Имущественный вычет: квартира, дом, участок

Сколько можно вернуть

Имущественный вычет на покупку жилья — самый крупный. Лимит расходов — 2 000 000 рублей. Значит, максимум к возврату — 260 000 рублей при ставке 13%.

Отдельно есть вычет на проценты по ипотеке. Лимит — 3 000 000 рублей уплаченных процентов. Максимум к возврату — 390 000 рублей.

Вид

Лимит расходов

Максимум к возврату (13%)

Сколько раз

Покупка или строительство жилья

2 000 000 #

260 000 #

Пока не исчерпан лимит, на несколько объектов

Проценты по ипотеке

3 000 000 #

390 000 #

Только по одному объекту

Вместе это до 650 000 рублей. Для многих семей — серьёзная сумма.

Важно. Для ипотеки, оформленной до 2014 года, правила по процентам другие: лимита 3 млн там не было. Если у вас старая ипотека, проверьте условия на nalog.gov.ru.

За что дают вычет

Вычет положен на расходы на:

- покупку квартиры, комнаты, дома или доли в них;
- покупку земельного участка под жильё или с домом;
- строительство дома;
- отделку, если в договоре квартира куплена без отделки;
- проценты по ипотеке и целевым кредитам на жильё.

Жильё должно быть в России.

Перенос остатка

Главная особенность: вычет на жильё не сгорает.

Если за один год налога не хватило, остаток переходит на следующий год. И так, пока не вернёте всё. Срока нет.

Ещё одна особенность. Если лимит 2 млн не использован полностью на одной квартире, остаток можно использовать на следующей покупке. Это правило действует для покупок после 2014 года.

С процентами по ипотеке иначе. Этот вычет — только на один объект. Даже если вы не выбрали 3 млн, на другую ипотеку остаток не перейдёт.

Пример 1. Квартира за 5 млн без ипотеки

Андрей купил квартиру за 5 000 000 рублей. Зарплата — 80 000 рублей в месяц. Налог за год: $80\,000 \times 12 \times 13\% = 124\,800$ рублей.

Вычет: с 2 000 000 рублей (лимит). К возврату — 260 000 рублей.

Как получит Андрей:

Год

Налог за год

Возврат

Остаток к возврату

1-й

124 800 #

124 800 #

135 200 #

2-й

124 800 #

124 800 #

10 400 #

3-й

124 800 #

10 400 #

0 #

За три года Андрей вернёт все 260 000 рублей.

Пример 2. Квартира за 1,5 млн, потом вторая

Мария купила комнату за 1 500 000 рублей. Вернула $1\,500\,000 \times 13\% = 195\,000$ рублей.
Неиспользованный остаток лимита — 500 000 рублей. Через несколько лет Мария купила квартиру. С неё она получит ещё $500\,000 \times 13\% = 65\,000$ рублей.
Итого: 260 000 рублей за две покупки.

Пример 3. Ипотека и проценты

Сергей купил квартиру за 7 000 000 рублей. Взял ипотеку. За первый год заплатил 450 000 рублей процентов. Зарплата Сергея — 150 000 рублей в месяц. Налог за год — $150\,000 \times 12 \times 13\% = 234\,000$ рублей.

В первый год Сергей заявляет основной вычет: 2 000 000 рублей. И проценты: 450 000 рублей.

Всего база для вычета: 2 450 000 рублей. Налог к возврату по ней: 318 500 рублей. Но заплатил Сергей только 234 000. Значит, вернут 234 000.

Остаток переходит на следующий год.

Обычно сначала выбирают основной вычет. Проценты добавляют потом, год за годом, по мере уплаты. Проценты принимаются только за те годы, когда они реально уплачены. Нельзя заявить проценты за будущие годы.

Если Сергей будет платить ипотеку 15 лет, он в итоге может вернуть 260 000 по покупке и до 390 000 по процентам.

Вычет в браке

Квартира, купленная в браке, обычно считается общей собственностью супругов. Даже если оформлена на одного.

Каждый из супругов имеет свой лимит 2 млн. Значит, при покупке квартиры за 4 млн и больше семья может вернуть до 520 000 рублей. По 260 000 на каждого.

Распределять расходы между супругами можно заявлением. Его подают в налоговую вместе с документами. Сейчас это часто можно сделать прямо в личном кабинете.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.