

АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В СИСТЕМУ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

Д.А. Есионов¹⁾, Ю.Я. Золотарев²⁾

1) студент Армавирского механико-технологического института (филиала) ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет», г. Армавир, Россия

2) ст. преподаватель Армавирского механико-технологического института (филиала) ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет», г. Армавир, Россия

Аннотация: в статье рассматриваются актуальные аспекты внедрения комплекса ГТО в систему физического воспитания в высшей школе.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность, "Готов к труду и обороне" (ГТО).

ACTUAL ASPECTS OF THE INTRODUCTION OF THE RLD COMPLEX INTO THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER SCHOOL

D.A. Esionov¹⁾, Yu.Ya. Zolotarev²⁾

1) the student Armavir Institute of Mechanics and Technology (branch) of Federal State Budgetary Institution of Higher Education "Kuban State Technological University", city of Armavir, Russia

2) senior lecturer, Armavir Institute of Mechanics and Technology (branch) of Federal State Budgetary Institution of Higher Education "Kuban State Technological University", city of Armavir, Russia

Abstract: the article deals with topical aspects of the implementation of the TRP complex in the system of physical education in higher education.

Key words: physical education and sports activities, "Ready for Labor and Defense" (RLD).

Многими специалистами отмечается, что большинство нынешних россиян не проявляют интереса к физкультурно-спортивной деятельности, предпочитая двигательной активности время проведение за компьютером. Подобная негативная тенденция привела к тому, что современная российская система физического воспитания утратила

ведущие позиции в организации досуга школьников и не смогла привлечь основную массу детей и молодежи к занятиям различными видами физических упражнений.

В данной связи нельзя не согласиться с целесообразностью и крайней необходимостью возрождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО), целью которого является "повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации".

Идея возрождения ГТО витала в стране уже с начала нынешнего века. Следует напомнить, что советский комплекс ГТО носил характер основополагающей, единой и поддерживаемой государством системы программно-оценочных нормативов и требований по физической подготовленности различных возрастных групп населения. Он являлся программой физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях СССР и был направлен на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие советских людей, подготовку их к трудовой деятельности и защите Родины.

Именно поэтому вопросы введения ГТО является актуальным и своевременным.

Целью и задачами данной работы является изучение положительных и отрицательных сторон введения комплекса ГТО.

В настоящее время специалисты в области физического воспитания и спорта все настойчивее обращают внимание на то, что задачи модернизации российского образования выдвигают новые требования к системе физического воспитания учащихся. Воспитательная роль физической культуры, особенно в отношении молодежи, неизмеримо велика. Поэтому преподавательская деятельность в школе направлена на эффективную организацию учебного процесса, который способствует психологическому и социально-культурному становлению учащихся, путем создания условий для формирования осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышением уровня физической подготовленности.

Физическое состояние, уровень физической подготовленности, ухудшение здоровья учащихся предопределяют невозможность противостояния неблагоприятным условиям внешней среды и трудностям, связанным с изменением социально-политического и экономического устройства общества. От физического и психического здоровья, социального благополучия во многом зависит работоспособность будущих

специалистов с высшим образованием, тот вклад, который они призваны внести в возрождении России.

Более двадцати последних лет учебные программы школы строились без учета задач и содержания комплекса ГТО. Внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в практику учебных заведений потребует совершенствования государственных образовательных стандартов образования и программ по дисциплине «Физическая культура», поиска новых форм и методов практической работы.

Основные задачи:

- Определение уровня физической подготовленности учащихся, владение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности
- Организация массового физкультурно-спортивного досуга учащихся
- Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
- Повышение интереса молодежи к развитию физических и волевых качеств, готовности к труду и защите Родины.

По мере развития ребенка школьного возраста происходит, как и все в природе, два противоречивых и взаимосвязанных процесса: создание (ассимиляция) и разрушение (диссимиляция). В период школьного возраста организм ребенка продолжает развиваться, поэтому в этом периоде соотношение между ассимиляцией и диссимиляцией складывается в пользу ассимиляции, в юношеском возрасте это соотношение начинает выравниваться, после окончания развития организма процесс диссимиляции постоянно нарастает. Процесс ассимиляции сопровождается синтезированием большого количества белков, что влечет значительные затраты энергии. Двигательная активность активизирует скелетные мышцы, обмен веществ и работоспособность организма ребенка. Гипокинезия (недостаточная двигательная активность) приводит к недостатку энергии, необходимой для процесса ассимиляции организма. Поэтому физические упражнения, повышающие двигательную активность, крайне необходимы на всех этапах школьного возраста. Все виды двигательной активности и почти все тесты нормативов ГТО предусматривают повышение двигательной активности.

Вновь ГТО было введено по указу В.В. Путина в 2014 г., но в настоящее время программа уже утратила одно из своих важнейших предназначений – военную подготовку и теперь это способ повышения патриотизма, внедрения спорта и активного образа жизни в целом для детей и подростков. Пока программа используется только в школах (с 1 по

11 классы учеников готовят для сдачи нормативов). Также и изменились награждения: теперь значки имеют не просто символический характер, но и предоставляют льготы при поступлении в высшие учебные заведения. Так как программа была введена всего пару лет назад, то всех своих преимуществ и недостатков она пока не смогла показать полностью, но уже видны её основные минусы и плюсы.

Таблица 1 - Плюсы и минусы современной программы ГТО

Плюсы	Минусы
Возрастающий интерес к спорту среди учеников старших классов (привлекают льготы)	Трудности при сдаче нормативов (удаленные оборудованные базы для приемов нормативов, плохая организованность на месте сдачи/приёма)
Позволяет подросткам оценить собственные возможности	Непопулярна среди молодежи
Помогает снять стресс и напряжение при подготовке к ЕГЭ/ОГЭ	Высокие требования

Практическая польза физических нагрузок очевидна: повышение здоровья, концентрации внимания, улучшение физической подготовленности, достижение гармоничного телосложения, получение удовольствия от двигательной активности. Однако, в настоящее время доля студентов высших учебных заведений, занимающихся спортом на регулярной основе или посещающих занятия по физкультуре в образовательных учреждениях, крайне низкая. В тоже время, по статистике, юноши и девушки считают физкультуру обязательной учебной дисциплиной и относятся к ней положительно, но желание активно её заниматься присутствует у меньшей доли студентов. Есть несколько основных причин, из-за которых студенты не хотят заниматься физкультурой:

1. Отсутствие мотивации у студентов
2. Отсутствие современной спортивной базы с необходимым оборудованием, секциями, или её местоположение слишком удалено от корпуса учебного заведения и места жительства/работы студента, что становится помехой при загруженности обучающихся
3. Отсутствие секций, интересующих обучающихся
4. Отсутствие турниров и соревнований по многим видам спорта.

Эти проблемы может решить внедрение ГТО в высшие учебные заведения, так как данная программа, как было уже сказано выше, – имеет соревновательные аспекты, а также эта она финансируется и поддерживается государством, так что на выделенные деньги есть возможность отстроить новые и/или улучшить уже имеющиеся

спортивные базы, которые будут соответствовать требованиям и желаниям студентов, а также простимулируют учащихся принимать участие в программе при помощи льгот и наград, например, повышение стипендии, награждение различными значками и медалями, публичное демонстрирование достижений на спортивных стендах в стенах образовательного учреждения.

Нами был проведен опрос среди юношей и девушек всех возрастов (всего в опросе приняли участие 217 человек), результаты которого представлены на рисунке 1. По итогам опроса выяснилось, что большинство студентов не хотят участвовать в программе ГТО – 29% (из всех участников опроса), 11,5% студентов выразили готовность выполнять комплекс упражнений и получать за это льготы.



Рисунок 1 - Результаты опроса «Как Вы относитесь к введению ГТО в ВУЗах?» проводившегося в социальной сети «ВКонтакте»

Также, эффективность внедрения комплекса ГТО существенно зависит от степени использования потенциала современных возможностей СМИ, Интернета и прочих средств информационной пропаганды, включая реализацию общенациональных пропагандистских кампаний, для просветительно-образовательного обеспечения популяризации комплекса ГТО. Как показывают результаты опроса в качестве успешного канала донесения необходимой информации о ГТО для студентов выступает прежде всего Интернет, а также телепередачи и межличностное общение с преподавателем по физической культуре и спортом, тренером, родителями. Стоит отметить, что среди опрошенных студентов 91% осведомлены о

существовании норм ГТО, что в более чем в 10 раз больше тех, кто не слышал о существовании данного комплекса — 8,6%.

На мой взгляд, целесообразно разработать меры для организации систематических занятий по подготовке к сдаче нормативов ГТО, в которых будет предусмотрена информация и опыт реализации комплекса, распространена информация для самостоятельной подготовки к выполнению нормативов, но главной целью будет проведение показательных занятий по физической культуре и спорту и по подготовке к выполнению нормативов, предусмотренных для каждой возрастной категории. Подобный тип подготовки к комплексу ГТО для каждой возрастной категории и состояния здоровья поддерживают около 20% студентов, вовлеченных в опрос.

При пропаганде подготовки студентов для выполнения нормативов следует уделять внимание не только на последующее улучшение физического состояния, но и на воспитательный аспект, поскольку, как показали исследования, те лица, которые систематически занимаются физкультурно-оздоровительной деятельностью, в 10 раз реже используют алкоголь и курение и почти в 2 раза чаще стараются вести здоровый образ жизни.

Возможно, стоит модифицировать программу ГТО и сделать её более понятной и презентабельной для современных юношей и девушек, так как они не были ранее задействованы ней и могут считать «пережитком прошлого». Также нельзя забывать о загруженности и разном уровне здоровья современных студентов, так что обязательное выполнение нормативов должно быть скорректировано в соответствии группы здоровья, возраста и пола.

В современных условиях физическая культура должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья каждого гражданина в отдельности, развитие его физических способностей, улучшение социального благополучия. Все вышесказанное должно способствовать усилению экономического и оборонного могущества государства в целом.

ГТО – это не только комплекс упражнений для выполнения, но и здоровый образ жизни, здоровый стиль жизни, именно стиль, потому, что именно данный комплекс помогает выработать у студентов навыки необходимые для поддержания своего здоровья, поднять физическую выносливость, не допустить возникновение и развитие болезней. ГТО позволяет внести массовость в занятия спортом, сделать привычку к занятиям физической культурой новой чертой студенческой молодежи.

Таким образом, из всего вышенаписанного мы можем сделать вывод о том, что введение программы ГТО в высших школах является наиболее оптимальным вариантом для поддержания физического, а также

психологического здоровья студентов, также она поможет развить интерес к спорту у молодых людей и девушек.

Список использованных источников:

1. А.В. Волюнкина, В.А. Шемятихин. Модель внедрения ГТО в высшем учебном заведении в Свердловской области: введение поощрений // Педагогическое образование в России. – М., 2014.

2. Л.В. Морозова, О.В. Загрядская. Проблема мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом: гендерный подход // Управленческое консультирование. – М., 2014.

3. Комплекс мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на 2015-2017 годы.

4. Л.Г. Симонян, Н.В. Колоскова. Актуальные проблемы внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе высшего образования: мотивационный аспект привлечения студентов к сдаче норм ГТО // Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции «Инновационные процессы в современной науке». – Прага, Чехия. Издательство: Научно издательский центр "Мир науки", 2017.

5. Ю.В. Шкирта. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся // Югорский колледж-интернат, г. Ханты-Мансийск, 2015.

6. Горовенко Л.А., Золотарев Ю.Я., Квасова А.А. База данных электронного методического комплекса "Фонд оценочных средств по дисциплине "Физическая культура". Свидетельство о регистрации базы данных RUS 2018621411 24.08.2018 <https://elibrary.ru/item.asp?id=35616525>

7. Золотарев Ю.Я. Конституционные основы Российской Федерации в системе физической культуры // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета. 2014. № 102. С. 1001-1011. <https://elibrary.ru/item.asp?id=22628330>