

КОМПЛЕКС ГТО В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Проскурина Елена Фёдоровна
старший преподаватель кафедры физического воспитания

Кабаева Анастасия Сергеевна

Молочкова Диана Николаевна

Студенты

Южно-Российский институт управления РАНХиГС

г. Ростов-на-Дону

Аннотация: В статье рассматриваются аспекты комплекса ГТО в физическом воспитании студентов ВУЗов. Комплекс ГТО является важным этапом в развитии спортивной системы, а также способствует постоянному внедрению спортивной культуры в повседневную жизнь людей.

Внедрение культурно-спортивного комплекса «Готов к работе и обороне» (ГТО) способствует определению единых нормативов физической подготовленности в образовательных учреждениях и служит индикатором состояния здоровья и образа жизни учащихся.

Ключевые слова: физическое воспитание, комплекс «готов к труду и обороне», студенты.

TRP COMPLEX IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Proskurina Elena,
senior lecturer of the Department of Physical Education

Kobtseva Anastasia

Molochkova Diana,

Students

Abstract: The article deals with the aspects of the TRP complex in the physical education of university students. The TRP complex is an important stage in the development of the sports system, and also contributes to the constant introduction of sports culture into people's daily lives.

The introduction of the cultural and sports complex "Ready for Work and Defense" (TRP) contributes to the definition of uniform standards of physical fitness in educational institutions and serves as an indicator of the state of health and lifestyle of students.

Keywords: physical education, complex "ready for work and defense", students.

Комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) - общеобразовательная организация по программе спортивной подготовки населения, основанная на государственной системе патриотического воспитания населения, действовавшей в Советском Союзе с 1931 по 1991 год.

В наше время развитие спорта и спорта – одна из важнейших задач в стране. В связи с этим 24 марта 2014 года президент России Владимир Путин подписал Общероссийские правила подготовки и охраны стадионов. По его словам, старое название было решено сохранить в честь традиций предыдущих поколений. Но в современной России преследуется другая цель, а именно, продлить жизнь россиянам и увеличить долю населения, регулярно участвующего в спортивных мероприятиях.

Одна из важнейших задач Комплекса ГТО – привлечение большего количества людей к систематической физической культуре и спорту в субъектах Российской Федерации.

Определение критериев оценки образовательных учреждений, реализующих комплекс ГТО, - одна из важнейших задач по стимулированию, мотивации и развитию массового спортивного направления.

Необходимо провести комплексную оценку образовательных учреждений и их классификацию на основе частичных значений показателей гражданина, сдавшего комплекс ГТО. Надо создавать особую технологию. Данная технология поможет объективно оценить и выявить лучший опыт внедрения комплекса ГТО¹.

В настоящее время обязательный курс физической культуры в вузах помогает решить задачу комплексного развития основных физических качеств (выносливости, скорости, гибкости, силы, ловкости и формирования физической культуры человека). В то же время очень важной задачей физического воспитания в вузе является формирование мотивационной сферы потребности в физической активности студентов.

Повышение эффективности процесса физического воспитания студентов высших учебных заведений, который становится все более актуальным, невозможно без учета индивидуальных особенностей, потребностей и мотивации студентов.

Необходимость укреплять и поддерживать свое здоровье – это не простой процесс. В нем предусмотрены следующие структурные элементы: компетентность профессорско-преподавательского состава вуза, диагностика функционального состояния, материально-техническая база с медико-методическим обеспечением.

Новый комплекс ГТО определяет ответственность человека за свое здоровье как естественный потенциал к самоактуализации.

¹ Меерманова И. Б., Койгельдинова Ш. С., Ибраев С. А. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях// Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 2–2. – С. 193–197.

Целесообразно рассматривать здоровье не только как результат обучения и воспитания, но и как результат самообразования и самообразования на определенном этапе жизни.

Дети, подростки, подростки определяют свое отношение к здоровью как данность на неопределенный срок, а болезнь как временное явление, которое можно вылечить. Это делает необходимым определение зависимости умственной и физической работоспособности от уровня развития мышечной силы, выносливости, скорости, подвижности, гибкости и других моторно-координационных свойств, развитие которых основывается на комплексных нормах ГТО².

Физиологический механизм воздействия физических упражнений на организм, осознание своей роли в поддержании и поддержании оптимального функционального состояния – основные условия реализации сложного смысла ГТО.

Комплекс ГТО – перспективное направление для саморазвития и самореализации. Анализ научной и научно-методической литературы, а также наш опыт образовательной деятельности демонстрируют необходимость довольствоваться процессом подготовки к внедрению комплексных стандартов ГТО, положительной психоэмоциональной атмосферой и ситуацией.

Обучение комплексным стандартам ГТО и их внедрение должны не только обеспечивать получение соответствующих теоретических знаний. Также дает возможность тренировать качества эмоциональной координации, повышать фитнес-показатели и укреплять здоровье.

Успешное достижение стандартов ГТО требует улучшения не только моторики, но и общей культуры, развития потенциала самосознания и самосовершенствования. Эти свойства материализуются в процессе

² Макаров, А. В. К вопросу о необходимости использования нормативов комплекса ГТО в подготовке студенческой молодежи / А. В. Макаров. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. М. 2019. — № 6 (244). — С. 256-258.

повышения мотивации личности к эффективности будущей профессиональной деятельности³.

Воспитательная роль физической культуры, особенно применительно к молодежи, очень важна.

Специалисты в области спорта и спорта должны все больше внимания уделять задаче российского образования, которая предъявляет все более высокие требования к спортивной системе студентов вузов. Образовательная деятельность университета направлена на организацию учебного процесса и досуга студентов.

Словом, все это способствует социокультурному и психологическому развитию студентов, а также созданию условий для формирования у них осознанной потребности в физических упражнениях для повышения уровня физической подготовленности. Ведь именно здоровье студентов определяет эффективность специалистов в будущем высшем образовании.

В заключение можно сделать вывод, что комплекс ГТО важен в физическом воспитании студентов и играют одну из немаловажных ролей в процессе обучения.

Список литературы:

1. Портянкина К.А. Современный комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов вузов// Материалы X Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум».

2. Указ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.kremlin.ru/events/president/news/20636>.

3. Макаров, А. В. К вопросу о необходимости использования нормативов комплекса ГТО в подготовке студенческой молодежи / А. В.

³ Портянкина К.А. Современный комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов вузов // Материалы X Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум».

Макаров. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2019. – № 6 (244). – С. 256-258.

4. Меерманова И. Б., Койгельдинова Ш. С., Ибраев С. А. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 2–2. – С. 193–197.