

УДК 796.035:373.3

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОМПЛЕКС ГТО В ШКОЛЕ КАК ИНСТРУМЕНТ  
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ, МОТИВАЦИИ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ПЕРСПЕКТИВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Мащиков Н.И.* - учитель, ГБОУ Школа № 1205

[av\\_galich@mail.ru](mailto:av_galich@mail.ru)

*Селеменев В.В.* – учитель, ГБОУ г. Москвы Школа № 2103

*Кожухова Т.В.* – обучающаяся 8Е класса, ГБОУ г. Москвы Школа № 2103

[vvtmnauka@yandex.ru](mailto:vvtmnauka@yandex.ru)

*Аннотация.* В статье рассматривается роль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе школьного образования. Актуальность исследования обусловлена необходимостью укрепления здоровья обучающихся, развития их физической подготовленности и формирования устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом. На материалах ГБОУ Школа № 2103 и школьного спортивного клуба «ОЛИМПИК 2103» показано, что подготовка к выполнению нормативов ГТО представляет собой целенаправленный педагогический процесс, включающий диагностирование исходного уровня, тренировочную работу, участие в спортивных мероприятиях и сдачу испытаний. Отдельное внимание уделяется практической значимости знака отличия ГТО для выпускников школ, поскольку он может учитываться как индивидуальное достижение при поступлении в высшие учебные заведения. Обосновывается вывод о том, что реализация комплекса ГТО в школе выполняет не только оздоровительную и образовательную, но и воспитательную функцию, способствуя развитию целеустремленности, самодисциплины, ответственности и опыта достижения результата.

*Ключевые слова.* ГТО, школьное образование, физическое воспитание, школьный спорт, знак отличия, мотивация, здоровье обучающихся, поступление в вуз, спортивный клуб, воспитательный эффект.

THE ALL-RUSSIAN GTO COMPLEX AT SCHOOL AS A TOOL FOR  
DEVELOPING STUDENTS' HEALTH, MOTIVATION AND EDUCATIONAL  
PROSPECTS

**N. I. Mashchikov** — Teacher, GBOU School No. 1205

[av\\_galich@mail.ru](mailto:av_galich@mail.ru)

**V. V. Selemenev** — Teacher, GBOU Moscow School No. 2103

**T. V. Kozhukhova** — 8E Grade Student, GBOU Moscow School No. 2103

[vvtmnauka@yandex.ru](mailto:vvtmnauka@yandex.ru)

*Abstract.* The article examines the role of the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” (GTO) in the school education system. The relevance of the study is determined by the need to improve students’ health, develop their physical fitness, and foster a stable motivation for regular physical education and sports activities. Based on the experience of GBOU School No. 2103 and the school sports club “OLIMPIK 2103,” it is shown that preparation for the GTO standards is a purposeful pedagogical process that includes initial diagnosis, training activities, participation in sporting events, and completion of the tests. Special attention is given to the practical significance of the GTO distinction badge for school graduates, since it may be considered as an individual achievement when applying to higher education institutions. The article concludes that the implementation of the GTO complex in school fulfills not only a health-promoting and educational function, but also an educational and developmental one, contributing to goal orientation, self-discipline, responsibility, and the experience of achieving results.

*Keywords.* GTO, school education, physical education, school sports, distinction badge, motivation, students’ health, university admission, sports club, educational effect.

Комплекс ГТО в современной школе следует рассматривать как элемент государственной системы физического воспитания, направленный на развитие у детей и подростков двигательной активности, культуры здоровья и ответственности за собственное физическое состояние. В образовательной организации ГТО приобретает особое значение, поскольку соединяет урочную, внеурочную и воспитательную деятельность в единую систему формирования здорового образа жизни.<sup>[6][7][8][9]</sup>

Опыт ГБОУ Школа № 2103 показывает, что работа по ГТО может быть встроена в школьную спортивную инфраструктуру и сопровождаться регулярными новостями о сдаче нормативов, фестивалями и организованной подготовкой учащихся. Это позволяет рассматривать ГТО не как отдельную акцию, а как устойчивую педагогическую практику.<sup>[3][4][2]</sup>

Функциональное значение ГТО в школе состоит в том, что комплекс задает нормативные ориентиры физической подготовленности и создает условия для систематического развития физических качеств обучающихся. Участие в выполнении нормативов способствует повышению мотивации к занятиям физической культурой, развитию выносливости, силы, координации и самоконтроля.<sup>[10][11][8][12]</sup>

Практическая значимость комплекса связана и с образовательной траекторией выпускника. По данным официальных источников, знак отличия ГТО может учитываться при поступлении в вуз как индивидуальное достижение, а конкретное количество дополнительных баллов определяется самим вузом. Следовательно, подготовка к ГТО приобретает для старшеклассников не только спортивный, но и профориентационный смысл.<sup>[5][1]</sup>

Подготовка к выполнению нормативов ГТО предполагает поэтапную работу, включающую диагностику исходного уровня, тренировочные занятия, освоение

техники упражнений, контроль динамики результатов и участие в итоговом тестировании. В школьной практике ГБОУ Школа № 2103 эта работа сопровождается мероприятиями спортивного клуба «ОЛИМПИК 2103», что повышает вовлеченность учащихся и делает процесс подготовки социально значимым.<sup>[4][7][2][3]</sup>

С педагогической точки зрения важно, что подготовка к ГТО должна быть дифференцированной и учитывать возрастные, половые и индивидуальные особенности школьников. Такой подход снижает риск перегрузки, повышает безопасность занятий и способствует достижению реальных результатов.<sup>[13][8]</sup>

Участие школьников в программе ГТО имеет комплексный образовательный эффект. Во-первых, оно укрепляет здоровье и развивает физические качества. Во-вторых, способствует формированию волевых свойств личности, устойчивости к трудностям и способности к целеполаганию. В-третьих, обеспечивает включение обучающихся в общешкольную спортивную культуру, основанную на сотрудничестве, взаимной поддержке и признании достижений.<sup>[7][14][15][4]</sup>

Материалы школы № 2103 свидетельствуют, что сдача нормативов и фестивальные формы работы усиливают позитивную мотивацию учащихся и повышают престиж физкультурно-спортивной деятельности. Таким образом, ГТО в школе выступает не только инструментом контроля физической подготовленности, но и средством социализации, воспитания и личностного роста.<sup>[3][4]</sup>

Особое значение в школьной практике имеет участие в комплексе ГТО педагогов образовательной организации. Для учителя сдача нормативов ГТО выступает не только средством поддержания собственного здоровья и физической работоспособности, но и важным фактором профессионального и воспитательного воздействия на обучающихся, поскольку личный пример педагога усиливает ценность физической культуры в глазах школьников. Добровольное участие

учителей в комплексе ГТО способствует формированию в школьном коллективе единой здоровьесберегающей среды, в которой физическая активность воспринимается как норма повседневной жизни, а не как разовое мероприятие. Результаты такого участия проявляются в повышении авторитета педагога, укреплении доверия со стороны учащихся и создании традиции совместного включения взрослых и детей в спортивно-оздоровительную деятельность, что особенно важно для мотивации подростков к регулярным занятиям физической культурой.

Таким образом, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО является важным компонентом школьной образовательной среды, обеспечивающим интеграцию физического воспитания, оздоровления и личностного развития обучающихся. Опыт ГБОУ Школа № 2103 и ШСК «ОЛИМПИК 2103» демонстрирует, что системная подготовка к выполнению нормативов способствует росту интереса к спорту, формированию дисциплины и повышению социальной активности школьников.<sup>[9][2][6][4][7][3]</sup>

Для выпускников школы знак отличия ГТО имеет также прикладное значение как индивидуальное достижение, учитываемое при поступлении в вуз. Следовательно, ГТО можно рассматривать как педагогически значимый ресурс, соединяющий здоровье, образование и перспективы дальнейшего обучения.<sup>[1][5]</sup>

### Литература

1. ГБОУ Школа № 2103. ГТО — Москва [Электронный ресурс]. URL: <https://sch2103uz.mskobr.ru/o-nas/obshchestvennaya-zhizn/gto> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[2]</sup>

2. ГБОУ Школа № 2103. Сдача нормативов ГТО [Электронный ресурс]. URL: <https://sch2103uz.mskobr.ru/edu-news/12352> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[3]</sup>

3.ГБОУ Школа № 2103. Фестиваль ГТО прошел на ура! [Электронный ресурс]. URL: <https://sch2103uz.mskobr.ru/edu-news/12595> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[4]</sup>

4.ГБОУ Школа № 2103. Спортивный клуб [Электронный ресурс]. URL: <https://sch2103uz.mskobr.ru/o-nas/obshchestvennaya-zhizn/sport-club> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[7]</sup>

5.Что такое ГТО и зачем это нужно? [Электронный ресурс] // Мос.ру. URL: <https://www.mos.ru/otvet-obrazovanie/chto-takoe-gto-i-zachem-eto-nujno/> (дата обращения: 17.05.2026).

6.ГТО = ВУЗ [Электронный ресурс]. URL: <https://21school.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/meropriyatiya/gto-vuz.html> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[11]</sup>

7.Как влияет значок ГТО на поступление в вуз [Электронный ресурс]. URL: <https://spbapo.ru/articles/GTO> (дата обращения: 17.05.2026).<sup>[16]</sup>