

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ
Международная научно-практическая конференция

Мисюля Анастасия Владимировна

студент ФГБОУ ВПО «УГНТУ», г. Уфа;

Бажин Алексей Владимирович,

к.б.н., доцент ФГБОУ ВПО «УГНТУ», г. Уфа;

Хабибуллин Ирек Раисович,

к.х.н., доцент ФГБОУ ВПО «УГНТУ», г. Уфа

**КОМПЛЕКС ГТО КАК ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ СТИМУЛ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И ВЕДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Аннотация. Данная статья раскрывает актуальность сдачи норм ГТО в настоящее время, обращаясь к истории и развитию комплекса физических упражнений. Подчеркивает необходимость проведения масштабного проекта по оздоровлению нации и внедрению тяги к поддержанию здорового образа жизни, воспитывая в молодежи чувство патриотизма.

Ключевые слова: нормы ГТО, здоровый образ жизни, физическая культура, спорт, патриотизм, оздоровление, возрождение, популяризация спорта.

Во все годы в нашей стране развитие физической культуры и спорта являлись и являются важнейшим инструментом реализации вопросов социального развития, так как способствуют формированию здорового, гармонично развитого общества, повышению качества трудовых ресурсов, увеличению продолжительности жизни и снижению смертности населения. Сегодня значительно возросла роль физической культуры и спорта в жизни современного общества, особенно среди молодежи. В связи с этим главным представляется формирование единого комплекса по поддержанию здоровья граждан нашей страны, направленного на вовлеченность в физическую культуру и спорт всех категорий населения. Именно таким необходимым комплексом представляется в настоящее время комплекс "Готов к труду и обороне" существовавший в СССР и возрождаемый в настоящее время.

Систему ГТО рассматривало множество учёных с разных точек зрения, как в период СССР, так и в период России: Т.В. Бутова., М.А. Дудко (2014) [1], И.В. Енченко (2014) [2], Ю.С. Ефремова (2015) [3], В.И. Козин (2005) [4], И.Н. Пушкарёва., М.П. Русинова (2015) [5] и другие, т.е. рассматривалось с точек зрения разных наук- педагогики, истории, юриспруденции, психологии, медицины и смежных дисциплин.

В современной педагогике особое внимание уделяется созданию в процессе учебной и внеучебной деятельности систем мотивации студентов к будущей профессии – систем факторов, стимулирующих активность личности и определяющих направленность ее поведения. Сово-

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

купность множества разнообразных мероприятий ВФСК ГТО является уникальной площадкой, способной обеспечить формирование у студентов соответствующих установок и ценностей в различных формах образовательного процесса.

В целом, деятельность студентов вузов нашей республики и не только в системе ГТО, включающая создание, разработку и реализацию мероприятий комплекса позволяет: реализовать идею целостности учебного процесса, внеучебной деятельности и воспитательной работы; углубить представления студентов о специфических особенностях перспективах и возможностях педагогической деятельности; формировать мотивационно-ценностное отношение к будущей разноплановой профессии педагога; обеспечить студентам возможность самостоятельного выбора участия в том или ином мероприятии комплекса ГТО, в зависимости от его предпочтений, индивидуальных способностей; создать предпосылки и условия для самопознания, саморазвития и самореализации студентов.

Развитие профессиональной направленности целесообразно осуществлять через деятельность, схожей по содержанию и условиям с деятельностью специалиста после окончания вуза. То есть, через моделирование профессионального труда, обеспечивающего выполнение студентами профессиональных функций по профилю специальности, на основе полученных знаний и опыта.

История комплекса ГТО началась, когда после победы Великого Октября страна наша крепла и мужала, когда энтузиазм советских людей, их тяга к новому, революционному проявились буквально во всех сферах жизни - в труде, культуре, науке, спорте. В Советской России наблюдался расцвет услуг физической культуры и спорта. Развитие всех сфер жизни, в том числе физической культуры и спорта, в СССР определялось централизованно – на уровне государства. Так в 1931 году был создан все-союзный спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Этот комплекс стал основой предоставления услуг в сфере физической культуры и спорта в России, усилив тягу молодёжи к спорту.

ГТО – это программа физкультурной подготовки населения в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях, основанная на государственной системе патриотического воспитания населения и действовавшая в СССР с 1931 по 1991 год [4, с. 45].

Существенную роль ГТО сыграл именно в плане патриотического воспитания молодых граждан своей необъятной страны. Отмечая огромную роль допризывной подготовки молодёжи, оборонные общества республик, а также Высший Совет Физкультуры и спорта, планируя полностью охватить допризывников военным обучением и физическим

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

воспитанием, поставив задачей 100% сдачи норм на значок ГТО и Ворошиловский стрелок.

В конце 1930-х гг. все физкультурное движение было направлено в сторону оборонно-массовой работы и развитие прикладных и военно-технических видов спорта. Анализ многочисленных архивных материалов рассматриваемого периода позволяет сделать вывод о высокой степени вовлеченности учащейся молодёжи в военно-физкультурную подготовку. Были достигнуты достаточно высокие показатели в области занятий физической культурой и спортом.

Война отрицательно сказалась на физическом развитии новорожденных. Как показали исследования, это явилось следствием нарушения полноценного внутриутробного развития детей в военные годы из-за недостаточного питания матерей. Прекращение увеличения продолжительности жизни в нашей стране к началу 70-х годов, а затем и уменьшение этого показателя во многом объясняется пониженным жизненным потенциалом людей, родившихся в войну и первые послевоенные годы.

Физическое воспитание среди учащейся молодёжи было неразрывно связано с физкультурным комплексом ГТО. В 1939 г. были пересмотрены школьные программы физического воспитания [1, с. 18]. В них были включены начальная и допризывная подготовка школьников. Физическое воспитание учеников становилось одним из основных показателей работы школ. Подростки и юноши приобретали навыки военного строя, обучались стрелковому делу, правилам противовоздушной обороны и противохимической защиты, получали хорошую физическую подготовку и закалку [2, с. 43]. На основе комплекса ГТО в секциях и ДЮСШ закладывался прочный фундамент мастерства юных спортсменов. В вузах вся работа по физическому воспитанию и спорту со студентами, строилась по единым программам, разработанным на основе комплекса ГТО и Единой Всесоюзной спортивной классификации.

Сегодня аббревиатура ГТО вновь начинает становиться популярной, т.к. претерпевает второе рождение в рамках федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 – 2015 годы». В связи с тем, что в наше время электронных технологий, компьютеров, различных гаджетов, физическая подготовка молодежи, да и состояние здоровья, снизились, по сравнению с прошлыми годами, ГТО стали активно пропагандировать, что дает свои плоды. Конечно, у ГТО есть как плюсы, так и свои минусы. К плюсам можно отнести упражнения, предназначенные как для общего укрепления здоровья и физических возможностей, так и те, что комплексно воздействуют на развитие разного рода мышц. Наряду с этим, внимание акцентируется

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

на выносливости и проявления силы. Важно отметить, что для каждой группы возрастов предназначены свои нормативы. Данные нормативы сдачи ГТО сгруппированы в 5 групп:

Первая группа для мальчиков и девочек 10-11 и 12-13 лет.

Вторая группа для подростков 14-15 лет.

Третья группа для юношей и девушек 16-18 лет.

Четвертая группа для мужчин 19-39 лет и женщин 19-34 лет.

Пятая группа «Бодрость и здоровье» - для мужчин 40-60 лет и женщин 35-55 лет.

Испытания, входящие в комплекс ГТО, разнообразны. Участники испытывают себя в плавании, беге на лыжах, челночном беге, беге на короткие (30, 60, 100 метров) и длинные (1000, 1500, 2000, 2500, 3000 метров) дистанции, прыжки в длину с места, подтягивание на низкой (из виса лежа) и высокой (из виса) перекладинах, метание спортивного снаряда, наклоны вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье, и много другое. Участники, показавшие достаточно хорошие результаты награждаются золотыми, серебряными или бронзовыми значками [6]. Наряду с этим, в комплекс входят испытания по выбору, такие как, тесты на координационные способности и прикладные навыки. Для подготовки к испытаниям даются рекомендации к недельному двигательному режиму. Комплекс может также содержать оценку знания о гигиене занятий физической культурой, основы истории развития физической культуры и основы методик самостоятельных занятий.

Подводя итог, хочется сказать, что основной целью возрождения ГТО является популяризация спорта и увеличение числа граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни. В перспективе к 2020 году доля людей, успешно сдавших нормативы, будет составлять порядка 20%. Четверть от общего числа трудоспособного населения будет заинтересована в занятиях физкультурой по месту работы. Планируется оснастить более 60% вузов современными спортивными сооружениями и стадионами, на базе которых будут созданы клубы, кружки и секции. Не останутся без внимания и люди с ограниченными способностями. Для привлечения их к активному занятию физкультурой в дальнейшем предполагается создание аналога ГТО.

Исходя из этой информации, можно сделать вывод о том, что ГТО, конечно же, является полезным и необходимым проектом. Но не стоит забывать, что даже такое полезное мероприятие, может и негативно сказаться на состоянии здоровья. Главное, правильный подход, и результаты будут лишь положительные, ведь спорт – это движение, а движение продлевает жизнь.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бутова Т.В., Дудко М.А. Государственная идеология, актуальность, необходимость, важность. Теоретические и практические вопросы науки XXI века. [Текст] Сборник статей Международной научно-практической конференции. Ответственный редактор А. А. Сукиасян. – 2014. – С. 235 – 239.
2. Енченко И.В. Эволюция комплекса «готов к труду и обороне». [Текст] // Наука и спорт: современные тенденции. – 2014. – №4. – С. 45 – 51.
3. Ефремова Ю.С. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «готов к труду и обороне» (ГТО) в системе социокультурного и психолого-педагогического сопровождения родительства. [Текст] // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С.79 – 82.
4. Козин С.В., Лабунская В.И. Волонтерская деятельность в восприятии молодежи г. Волгодонска. [Электронный ресурс]. // Электронный периодический рецензируемый научный журнал «SCI-ARTICLE.RU» – 2015. – № 22 (Июнь). – С.115 – 120. – URL: http://sci-article.ru/number/06_2015.pdf (дата обращения: 30.07.2015).
5. Пушкарёва И.Н., Русинова М.П. Использование принципов общественно-государственного управления в процессе эффективного внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО среди населения. [Текст] // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 93 – 95.
6. Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).