

**Шатков Александр Павлович**

студент

**Натрошивили Евгений Георгиевич**

студент

**Полуэктов Дмитрий Леонидович**

студент

**Соколова Ирина Юрьевна**

ассистент

ФГБОУ ВО «Вологодский государственный университет»

г. Вологда, Вологодская область

## **ГТО В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ**

*Аннотация: в данной работе будет рассмотрен физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), его влияние на уровень физической подготовки студентов высших учебных заведений. Возможность применения прежних нормативов в современных условиях.*

*Ключевые слова: всероссийский физкультурно-спортивный комплекс, ГТО, физическое воспитание, спортивное развитие студентов.*

Комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – это программа физкультурной подготовки населения в общеобразовательных организациях, основанная на государственной системе патриотического воспитания населения и действовавшая в СССР с 1931 по 1991 год.

Важно отметить, что сама идея возрождения советского комплекса ГТО в современных условиях принадлежит Президенту РФ Владимиру Путину. По его словам, было решено сохранить прежнее название как дань уважения традициям минувших поколений. Но в отличие от советских времен в современной России преследуется немного иная цель, а именно увеличение процента населения, которое регулярно занимается спортом, а также продление жизни россиян.

Предполагается, что Комплекс ГТО будет являться важным этапом в развитии системы физического воспитания, а также будет способствовать дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь людей и создаст необходимые возможности для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины.

Современный всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам. Лицам, принявшим участие, но не выполнившим нормативы на бронзовый знак отличия, вручается знак Комплекса ГТО – «Участник».

I ступень включает нормативы комплекса ГТО для мальчиков и девочек 6–8 лет трех степеней сложности, то есть она охватывает детей дошкольного возраста и школьников 1–2 классов и учитывает факторы их акселерации или ретардации.

II ступень рекомендуется мальчикам и девочкам 9–10 лет. В этой ступени дети для сдачи нормативов бронзового, серебряного или золотого знака должны из 9 предлагаемых тестов выполнить соответственно 5, 6 или 7 тестов.

III ступень рекомендованная для мальчиков и девочек 11–12 лет.

IV ступень охватывает возраст 13–15 лет, когда полностью заканчивается период полового созревания.

V ступень ГТО разработана для возраста юношей и девушек 16–17 лет.

VI ступень ГТО рекомендована людям молодежного возраста от 18 до 29 лет.

VII ступень ГТО предназначена для людей зрелого возраста 30–39 лет.

Остальные 4 ступени рекомендуются для людей в возрасте 40 и более лет [1].

Всего нормативы комплекса «Готов к труду и обороне» охватывают 40 видов тестов, но в каждой из 11 ступеней достаточным для получения определенного знака является выполнение 3–8 тестов с правом выбора варианта теста.

Виды испытаний (тесты), входящие в комплекс ГТО, подразделяются на обязательные и по выбору.

На наш взгляд, на данный момент большинство студентов высших учебных заведений (VI ступень ГТО) заинтересованы в том, чтобы получить хорошую физическую подготовку. Именно комплекс «Готов к труду и обороне» будет являться для них неплохим подспорьем в становлении хорошего здоровья, воли и характера, развитии спортивных навыков и многих других аспектов.

Основными преимуществами современного комплекса являются его интерактивная форма с применением поощрительных наград, популяризация по территории всей России. А также, главное, для чего нужны нормативы комплекса ГТО и что даёт их сдача – это здоровье, хорошее самочувствие и радость жизни. А в долгосрочной перспективе – ещё и увеличение продолжительности жизни [2].

Однако сталкиваясь с современными реалиями, реализация комплекса затрудняется. Главными препятствиями становятся слабая материально-техническая база, нехватка соответствующих кадров и система поощрений. Как известно, большой процент студентов имеет различные физические недостатки или хронические заболевания, поэтому встает вопрос о создании более широкой базы нормативов, так как слишком высокие требования могут лишь ухудшить ситуацию.

Другим обстоятельством является то, что система не предусматривает участия в ней инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, которые также являются обучающимися высших учебных заведений.

Вовлеченность лиц с отклонениями в состоянии здоровья как наиболее социально незащищенной категории в физкультурно-спортивное движение страны является наиболее точным индикатором уровня физической культуры всего российского общества на современном этапе его социально-экономического развития. Содержание программы ГТО для лиц с отклонениями в состоянии здоровья должно соответствовать таковому для здоровых, учитывая при этом специфику заболевания и степень двигательных и функциональных ограничений [3].

Достаточно привести в пример людей с ограниченными возможностями, которые занимаются профессиональным спортом и добиваются в нем самых достойных результатов, порой не сравнимых с результатами обычных спортсменов.

Вторым необходимым условием является применение навыков, полученных в ходе сдачи нормативов, применение их в дальнейшей профессиональной деятельности [4].

Существенное замечание было замечено со стороны общественников: «Сами по себе знак отличия ГТО и присвоенный спортивный разряд несут определенную ценность, однако не предоставляют получателю каких-либо преимуществ. Представляется, что для достижения целей комплекса ГТО необходимо законодательно определить дифференцированные преференции для граждан, получивших знаки отличия ГТО и спортивные разряды» [5].

Такими бонусами, к примеру, можно рассмотреть небольшие материальные вознаграждения, надбавка к стипендии, оплата каких-либо спортивных занятий, льготы и так далее.

Третьим важным условием является популярность данного комплекса среди студентов и остальной категории молодежи. Он, безусловно, должен стать новым течением, постоянно вовлекающим в себя новых граждан. Для этого необходимо проводить небольшие агитационные кампании, устраивать мастер-классы по выполнению упражнений.

Отдельным инструментом в повышении популяризации данного комплекса может стать включение в него новых спортивных движений, которые охватывают на данный момент широкий спектр молодежи.

Для наглядности можно рассмотреть такое одно из самых популярных и динамично развивающихся направлений молодежных культур, как Street Workout (Стрит Воркаут). Воркаут – это выполнение различных гимнастических упражнений на турнике, брусьях и других снарядах, которые вы сможете найти во дворе. Самое распространенное упражнение – подтягивание. Существуют десятки вариантов его выполнения.

Для популяризации street workout и других направлений в массы, стоит устанавливать в городе больше спортивных площадок со свободным посещением, где люди могли бы заниматься спортом в свободное от учебы и работы время. Тренировки на открытых площадках могли бы дать хороший пример подрастающему поколению, тем самым осуществляя принцип преемственности.

Таким образом, в настоящее время тема возрождения комплекса «ГТО» как никогда актуальна, поскольку содержит нормативную основу физического воспитания студенческой молодежи и является критерием определения уровня физической подготовленности, но современная модель, установленная приказом президента Российской Федерации в 2014 году, все еще недостаточно развита и продумана. Надеемся, что данная идея единой подготовки студентов и остальных слоев населения не потеряет своей популярности и будет улучшать их физическую культуру личности, формировать духовно-нравственное и патриотическое воспитание.

### ***Список литературы***

1. Паршикова Н.В. Менеджмент, право, нормативы // Дошкольная и школьная физкультура. Физкультура и спорт. – М.: Советский Спорт. – 2015. – С. 5–6.
2. Дугнист П.Я. Роль и значение ГТО в современном обществе. – 2015. – С. 2.
3. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rsr-online.ru/doc/commissions/11.pdf>
4. Кугаевских В.Г. Состояние физической подготовленности студентов в преддверии внедрения комплекса ГТО – Динамика систем, механизмов и машин. – 2014. – №6. – С. 138–140.
5. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vz.ru/news/2015/3/24/736014.html>