

**Чиркова Анастасия Игоревна**

студентка

**Соколова Ирина Юрьевна**

ассистент

ФГБОУ ВО «Вологодский государственный университет»

г. Вологда, Вологодская область

## **СОВРЕМЕННЫЙ КОМПЛЕКС ГТО В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

***Аннотация:** в статье рассматривается комплекс «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания студентов. Данная работа призывает к сдаче ГТО студентов различных вузов.*

***Ключевые слова:** комплекс ГТО, физическая культура, физическое воспитание.*

В настоящее время развитие физической культуры и спорта – это одна из важнейших задач государства. В связи с этим 24 марта 2014 года Президентом РФ В.В. Путиным был подписано «Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

В данный момент тема возрождения Комплекса «Готов к труду и обороне» является исключительно актуальной, потому что содержит нормативную основу физического воспитания студенческой молодежи и является критерием определения уровня физической подготовленности людей всех возрастов.

К сожалению, учебные программы вузов более двадцати лет строились без учета задач и содержания комплекса ГТО. Но в тоже время внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в практику высших учебных заведений потребует не только совершенствования государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования и программ по дисциплине «Физическая культура», но и поиска новых форм и методов практической работы.

Прежде всего нужно отметить, что воспитательная роль физической культуры, особенно в отношении молодежи, неизмеримо велика. Даже специалисты в области спорта и физического воспитания все настойчивее обращают внимание на тот факт, что задачи модернизации российского образования выдвигают новые требования к системе физического воспитания студентов высших учебных заведений. При этом важно обозначить, что преподавательская деятельность в вузах направлена на эффективную организацию учебного процесса и досуга студентов, что способствует психологическому и социально-культурному становлению студенческой молодежи и созданию условий для формирования у неё осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышением уровня физической подготовленности.

Однако есть ряд факторов, которые предопределяют невозможность противостояния неблагоприятным условиям внешней среды и трудностям, связанным с изменением социально-политического и экономического устройства общества. В частности, к ним относятся: физическое состояние, уровень физической подготовленности, ухудшение состояния здоровья студенческой молодежи. А ведь именно студенты вузов являются передовым отрядом молодежи России, от их физического и психического здоровья, социального благополучия во многом зависит работоспособность будущих специалистов с высшим образованием.

Целью внедрения Комплекса ГТО в настоящее время является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни молодежи.

Для студентов, усвоение новых физических упражнений имеет практическое значение для подготовки грядущего перехода к военной службе, спортивной или трудовой деятельности, так как тренировка в усвоении определенных движений при выполнении физических упражнений приучает их автоматически управлять мышцами для выполнения движений, необходимых в процессе производства или какого-либо вида спорта.

Время обучения в вузе – это период активного совершенствования личности, что делает особенно актуальным вовлечение студенческой молодёжи в единую физкультурную систему, которая будет влиять на их физическую подготовленность на протяжении всей жизни.

Для большинства студентов, подобное право сдачи ГТО предоставляет хорошую возможность в плане занятия собственным телом. Статистика говорит, что большой процент молодых ребят практически не интересуется спортом. Прослушивание музыки, ночные клубы и фильмы, занимают большую часть их жизни.

К нормам ГТО можно привлекать молодежь с разной категорией здоровья, ранжируя их на определенные группы, с определенной сложностью выполнения заданий.

Лучшие факультеты, группы, студенты учебного заведения могут поощряться за успехи в соответствии с порядком, установленным в учебном заведении. Это послужит мотивацией к сдаче ГТО.

Привлекая, необходимо прививать у студентов интерес к самостоятельным занятиям физической культурой, который может быть связан с общественными мероприятиями, посвящёнными сдаче нормативов ГТО. В задачи преподавателя входит полное обеспечение студентов методическими руководствами по самостоятельной работе, заданиями по изучаемой дисциплине, списком рекомендуемой литературы и формами контроля. Тестирование внутри вузов можно дополнить общей Государственной программой оценки физической подготовленности. Этим содержанием может стать стремление получить золотой значок за выполнение комплекса ГТО.

Таким образом, возвращение к сдаче норм ГТО закладывает фундамент здоровой и активной жизни, ведь человек, приученный в студенческие годы, к занятиям спортом, будет продолжать их и в зрелые годы. В свою очередь бывшие студенты будут прививать навыки здорового образа жизни и своим детям.

### ***Список литературы***

1. Соколова И.Ю. Подготовка студентов к сдаче учебных нормативов и норм ГТО по легкой атлетике / И.Ю. Соколова, А.А. Рассказова, Г.А. Федорова. – Вологда: ВоГУ, 2016. – 32 с.
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. Авдюхин А.В. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.uchportal.ru/statya-rol-kompleksa-gto-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-uchashchihsya> (дата обращения: 17.10.2016).