

Кочубей Диана Игоревна

студентка

Кошелева Лия Сергеевна

студентка

Грушко Вадим Андреевич

студент

Мартиросова Татьяна Александровна

преподаватель

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный аэрокосмический

университет им. академика М.Ф. Решетнева»

г. Красноярск, Красноярский край

ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ

***Аннотация:** в статье представлено понятие «ГТО». В работе отмечено, что фитнес-технологии, профессионально-прикладная направленность занятий физической культурой способствуют повышению физической подготовки студентов к сдаче норм ГТО.*

***Ключевые слова:** спорт, здравоохранение, комплекс ГТО, физкультура, физическая подготовка.*

Успешное развитие страны и улучшение качества жизни ее граждан возможно только в том случае, если государство обращает внимание на массовый спорт и здравоохранение. Во времена СССР существовало множество программ, стимулировавших участие простых людей в различных соревнованиях, побуждающих их к поддержанию физической формы и ведению активного, здорового образа жизни. Большой популярностью пользовался комплекс ГТО. Современные школьники уже и не знают, что это такое. Сегодня занятия физкультурой в образовательных учреждениях проводятся для галочки, многие дети освобождены от них по медицинским показаниям. Говорить о взрослых людях и вовсе не

стоит, мало кто из них в свое свободное время готов совершить пробежку или позаниматься на турнике. Сложившаяся ситуация во многом влияет на демографию. Таким образом, если в самое ближайшее время не будут предприняты действенные меры по вовлечению в любительский спорт всех без исключения поколений, Россия может пройти критическую отметку, после которой восстановить утраченные позиции будет уже невозможно.

Три заглавные буквы ГТО – что это? Данная аббревиатура расшифровывается как «Готов к труду и обороне». Это комплекс физических нормативов, название которого говорит о том, для чего он создан.

Первостепенной задачей внедрения комплекса ГТО в жизнь советских людей было достижение массовой заинтересованности в занятиях спортом. Вместе с тем комплекс использовался как универсальный оценочный механизм, позволяющий выделить физически развитых представителей каждого поколения, на которых все остальные должны равняться [4].

В 2013 году президент России затронул тему возрождения в стране курса ГТО. Что это будет полезно для физической подготовки и патриотического воспитания никто спорить не станет, но возникают вопросы по поводу того, в каком виде все это будет реализовано. Мы проанализировали проблему внедрения комплекса ГТО в некоторых образовательных учреждениях России. В исследованиях Соколовой И.В. делается анализ физической подготовленности студентов к обоснованию VI ступени комплекса ГТО, выявляются показатели физического развития студентов вуза [2]. Автор исследует уровень развития физических качеств у студентов Санкт-Петербургского гуманитарного университета профсоюзов и приходит к выводу, что у юношей наименее слабо развито физическое качество «гибкость». У девушек в подавляющем большинстве причиной низких результатов при сдаче контрольных нормативов является отставание в развитии таких физических качеств как быстрота и сила. Исследование О.В. Булгаковой показало, как влияют внедренные фитнес-технологии на подготовку студентов к

сдаче норм ГТО [1]. Автор пишет, что занятия разными видами фитнес-технологий позволили студенткам успешно сдать нормы ГТО. Итоговые результаты позволяют говорить о высокой эффективности фитнес-технологий в подготовке студентов к сдаче норм комплекса ГТО. Исследования на базе Западно-Сибирского государственного колледжа в 2014/2015 учебном году, которые показали, что физическая подготовленность обучающихся по показателям скоростно-силовых, силовых качеств, выносливости и гибкости свидетельствуют о готовности большинства студентов совершенствовать свою физическую форму. Далее мы хотим представить результаты обоснования и экспериментальной проверки эффективности применения методических приемов служебно-прикладной направленности занятий в различных формах физической культуры со студентами призывного возраста в целях формирования их готовности к выполнению норм и требований ГТО. Ученым В.А. Щеголевой определена служебно-прикладная направленность занятий физической культурой и спортом со студентами как способ формирования их готовности к выполнению не только норм и требований ГТО. На основе представленных исследований можно сказать, что нормирование физической нагрузки по объему, интенсивности и направленности ее воздействия способствовало повышению физической готовности испытуемых к профессиональному обучению. Наличие прогрессивных показателей в уровне развития основных физических качеств, характеризующих аэробные возможности испытуемых, позволило им обеспечить физиологическую базу для успешного выполнения норм и требований ГТО, а также овладения необходимыми служебно-прикладными двигательными навыками, необходимыми им в будущей трудовой деятельности.

Исследования Т.А. Мартиросовой освещают проблемы целенаправленного использования средств профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Автор указывает на то, что существует необходимость в более быстром и качественном освоении определенных трудовых умений и навыков в образовательном процессе вуза [3]. В исследованиях рассматриваются формы и

средства физического воспитания студентов, в зависимости от особенностей профессиональной деятельности, определяющие формирование профессионально важных качеств будущего специалиста. Автор приходит к выводу, что формы и средства физического воспитания студентов способствуют не только к подготовке профессиональной деятельности, но и сдаче нормативов в ФСК «Готов к труду и обороне» в образовательном процессе вуза, что отражается в концептуальном понимании содержания ППФП специально-прикладной направленности.

В целом, можно сделать вывод, что общественная потребность в квалифицированном, компетентном, ответственном специалисте, конкурентоспособном на рынке труда и интегрированном в современное общество выражена в социальном заказе государства; личная потребность специалиста в определенных физических качествах, способствующих успешной профессиональной деятельности связана с его успешностью в различных областях жизнедеятельности, профессиональной самореализацией и развитием, материальным благополучием и здоровьем, так как в последнее время в наиболее престижные фирмы с интересной работой принимают не только профессионально подготовленных, но и физически здоровых молодых специалистов.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что основной целью возрождения ГТО является не только популяризация спорта и увеличение числа граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни, но и готовность к трудовой деятельности. 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 комплекса ГТО.

Таким образом, можно сделать вывод, что фитнес-технологии, профессионально-прикладная направленность занятий физической культурой способствуют повышению физической подготовки студентов к сдаче норм ГТО. Большинство студентов, которые были исследованы в рамках выбранных статей, обладают достаточной подготовленностью к сдаче норм ГТО.

Список литературы

1. Булгакова О.В. Фитнес-технологии как современные средства подготовки студенток вуза к сдаче норм ГТО [Текст] / О.В. Булгакова [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №8.
2. Соколова И.В. Анализ физической подготовленности студентов (к обоснованию VI ступени комплекса ГТО) [Текст] / И.В. Соколова, Е.В. Чистякова // AlmaMater. – №4. – 2016.
3. Мартиросова Т.А. Организация профессионально-прикладной физической подготовки специально прикладной направленности студентов-бакалавров лесохозяйственных специальностей [Текст] / Т.А. Мартиросова // Физическое воспитание студентов. – №6. – 2012.
4. Шатохин М.А. Готовность студентов к сдаче норм ВФСК «Готов к труду и обороне» [Текст] / А.Г. Шатохин, Н.С. Бутыч // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №5.
5. Щеголев В.А. Служебно-прикладная направленность занятий физической культурой и спортом со студентами как способ формирования их готовности к выполнению норм и требований ГТО [Текст] / В.А. Щеголев, А.Ю. Липовка, А.В. Коршунов // Теория и практика физической культуры. – 2016.
6. Организация и технологии подготовки учащихся к сдаче норм ВФСК ГТО [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pandia.ru/text/80/150/1308.php> (дата обращения: 31.03.2017).