

УДК 796.011

ГОТОВНОСТЬ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

Раскошный И.А., студент гр. Э-185, II курс
Научный руководитель: Иванова С.Ю., к.п.н., доцент
Кемеровский государственный университет
г. Кемерово

В настоящий момент большое внимание в Российской Федерации уделяется Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). Комплекс ГТО, не являясь отдельным видом спорта, представляет собой совокупность установленных нормативных требований к выполнению перечня упражнений. ВФСК ГТО, нацелен на обеспечение гармоничного физического развития человека, подготовку населения страны для развития общей и специальной физической подготовки.

Целью работы является проверка соответствия уровня физической подготовленности учеников старших классов общеобразовательных учреждений требованиям комплекса ГТО.

Для достижения поставленной цели необходимо выполнить следующие задачи:

1. Проанализировать материалы научных разработок, учебно-методической, научно-методической литературы по проблеме исследования;
2. Провести анкетный опрос по выявлению знаний о ВФСК ГТО у учеников старших классов МБОУ «Лицей №89»;
3. Установить соответствие уровня физической подготовленности учеников старших классов требованиям комплекса ГТО;
4. Сравнить полученные результаты с исследованием соответствия уровня физической подготовленности студентов, проведенным в 2018-2019 учебном году.

Методы исследования: беседа; анализ; статистический анализ, анкетирование.

Комплекс ГТО – это система занятий физическими упражнениями, направленная на развитие у человека основных физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости и ловкости. Для выполнения первой задачи исследования был проведён анализ научных статей, учебно-методической литературы по проблеме исследования. В результате анализа получена информация о том, что ведущую роль в разработке новых форм, средств и методов физического воспитания населения на этапе становления массового спорта в СССР играл Всесоюзный ленинский союз молодежи. Именно комсомол изначально выступил инициатором создания комплекса «Готов к труду и

обороне СССР». По поручению Всесоюзного совета физической культуры был разработан проект комплекса ГТО, который 11 марта 1931 года после общественного обсуждения был утвержден и стал нормативной основой системы физического воспитания населения страны [1]. К испытаниям изначально допускались мужчины не моложе 18 лет и женщины не моложе 17 лет. Комплекс имел одну ступень, которая включала в себя три возрастные группы. Для получения значка ГТО было необходимо сдать зачёты по двадцать одному виду упражнений (гимнастика, полоса препятствий, плавание, бег, лыжный спорт, стрельба и др.) [1]. На протяжении существования комплекса ГТО в СССР происходило его совершенствование, выделение новых ступеней и т. д. Последний Всесоюзный физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне СССР" был введен в январе 1985 г. и охватывал население в возрасте от 16 до 60 лет. Система нормативов ГТО фактически прекратила существование в 1991 г. с распадом СССР.

Возрождение комплекса ГТО происходит 24 марта 2014 года. В этот день президент Российской Федерации В. В. Путин подписал указ о введении в действие физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» с 1 сентября 2014 года[4].

Сегодня комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению различными возрастными группами населения России установленных нормативов по трём уровням. Уровни соответствуют золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия. В данной работе рассматривается возрастная группа 15–18 лет, к которой относятся ученики старших классов общеобразовательных учреждений. Для того, чтобы установить уровень физической подготовленности представителей данной возрастной группы, в ноябре-декабре 2019-2020 учебного года было проведено анкетирование учащихся. Всего в анкетном опросе приняло участие 153 учащихся старших классов МБОУ «Лицей №89» (64 учащихся девятых классов, 45 учащихся десятых классов и 44 учащихся одиннадцатых классов). На первый вопрос анкеты: «Знаете ли Вы, в каком году появился первый комплекс ГТО?» только 6% опрошенных респондентов ответили положительно, 74% учеников дали отрицательный ответ и 10% учащихся, принимающих участие в анкетном опросе ответили, что «им не интересно знать эту информацию».

На следующий вопрос анкеты: «Сдавали ли Вы в школе нормы ГТО?» 27% от общего количества обучающихся дали положительный ответ. 73% учеников старших классов не сдавали нормативы комплекса ГТО. При этом 8% опрошенных отметили, что им «никогда не предлагали сдавать в школе нормативы».

На вопрос: «Участвуете ли Вы в мероприятиях по сдаче норм комплекса ГТО в данный момент?» только 13% респондентов ответили, что участвуют. Графу «Не участвуют» выбрали 77% учеников. При этом 20% учащихся по различным причинам «не предлагают сдавать нормы ГТО в данный момент». Респондентам, которые не участвуют в мероприятиях по сдаче ГТО, было предложено ответить на следующий вопрос: «Почему Вы не принимае-

те участие в сдаче норм комплекса ГТО?» – 45% учеников ответили, что им это «неинтересно»; 29% - «хотели бы участвовать в сдаче норм комплекса ГТО, но у них не хватает времени на подготовку/сдачу нормативов»; 26% опрошенных не участвуют в сдаче нормативов, так как считают, что им это не под силу.

В МБОУ «Лицей №89» одним из неотъемлемых элементов занятий физической культурой является тестирование уровня физической подготовленности. Ученикам нужно сдать практические испытания и нормативы, выполненные в условиях соревнований в классе: подтягивание на высокой перекладине, раз (мужчины), подтягивание на низкой перекладине, раз (женщины); поднимание туловища из положения лёжа на спине, за 1 мин, раз; сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз; прыжки в длину с места, см; бег 100 м, сек.; бег 2 км (мужчины); бег 1 км (женщины), мин/сек; наклон стоя вперед с прямыми ногами, см. Школьная оценка не приравнивается к нормативам ВФСК ГТО, однако, имея данные о результатах выполнения вышеперечисленных упражнений, мы сможем сделать выводы о соответствии уровня физической подготовленности учеников старших классов требованиям комплекса ГТО к возрастным группам 13-15 лет, 16-17 и 18 лет (для бронзового, серебряного и золотого значков).

В 2019-20 учебном году учителями физической культуры было проведено тестирование уровня физической подготовленности учеников, в котором приняло участие 145 человек. Из них 57 юношей и 88 девушек (учащиеся девятых, десятых и одиннадцатых классов). В результате тестирования были получены следующие данные: бег 100м на «отлично» (золотой значок) из 145 учеников сдали 47 человек, на «хорошо» (серебряный значок) - 38, на «удовлетворительно» (бронзовый значок) – 17 обучающихся. Бег на 1, 2 км на «отлично» выполнили 29 человек, на «хорошо» - 28, на «удовлетворительно» - 32 ученика. Прыжок в длину с места на требования золотого значка ГТО выполнили 36 обучающихся, 38 - на «хорошо» и 29 - на «удовлетворительно». Наклон стоя вперед с прямыми ногами также из 145 учеников 67 выполнили на «отлично», 27 - на «хорошо», 11 - на «удовлетворительно». Сгибание и разгибание рук в упоре лежа всего 24 учащихся выполнили на «отлично», 22 - на «хорошо», 13 - на «удовлетворительно». Норматив по подниманию туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту 56 учеников выполнили на «отлично»; 44 - на «хорошо», 15 - на «удовлетворительно». Подтягивание на высокой перекладине для мужчин, на низкой перекладине для женщин на «отлично» выполнили 49 обучающихся, 23 - на «хорошо», 18 человек выполнили норматив на «удовлетворительно».

Таким образом, исследование уровня физической подготовленности учеников старших классов показало, что всего 11 учеников из 145 способны выполнить нормативы комплекса ГТО на золотой значок, 16 - на серебряный и 20 обучающихся - на бронзовый значок. Сравнивая результаты данного исследования с результатами проведенного нами исследования 2019 года, объектом исследования которого были студенты первого курса Кемеровского

государственного университета, можно сделать вывод о схожести полученных результатов (как итогов опроса, так и выполнения нормативов) в данных возрастных группах. Так, в 2018-2019 учебном году среди 150 студентов первого курса, обучающихся на направлениях подготовки института экономики и управления, технологического института пищевой промышленности, только 9 студентов выполнили все нормативы ГТО на «отлично» (золотой значок), 14 студентов - на «хорошо» (серебряный значок) и 19 студентов - на удовлетворительно (бронзовый значок) [6].

При сопоставлении данных двух исследований также можно отметить следующие общие тенденции:

1. Значительная часть обучающихся школ и студентов вузов не заинтересована в сдаче нормативов ГТО;
2. Примерно трети всех респондентов учителя/преподаватели физической культуры не предлагают участвовать в выполнении нормативов комплекса ГТО;
3. Меньше 30% всех опрошенных считают, что не в состоянии сдать нормативы.

Исходя из результатов проведённого исследования, можно сделать следующий вывод: для того, чтобы учащиеся общеобразовательных учреждений и студенты вузов приступали к сдаче нормативов комплекса ГТО и делали это успешно, необходимо разработать ряд мер, которые будут способствовать повышению уровня заинтересованности лиц данных возрастных групп в сдаче норм ГТО. Также должны быть созданы специальные агитационные мероприятия по информированию учащихся о комплексе ВФСК ГТО. Примерами подобных мер могут служить:

- проведение физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых мероприятий различного уровня для школьников и студентов,
- проведение лекционных занятий, на которых учителя и преподаватели будут рассказывать обучающимся про центры тестирования ГТО в городе.

Список литературы:

1. История развития Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» // Большая советская энциклопедия : [в 30 т.] / гл. ред. А. М. Прохоров. — 3-е изд. — М. : Советская энциклопедия, 1969—1978.
2. Комитет по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР: Всесоюзный физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне СССР" (ГТО). - М.: Физкультура и спорт, 1978.
3. Муравьев, В.А., Незвецкий, Р.Ф. От значка ГТО к олимпийской медали / Предисловие А.А. Леонова / В.А. Муравьев, Р.Ф. Незвецкий. М.: Физкультура и спорт, 1978. - 71 с., ил.
4. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО) [Электронный ресурс] : указ Президента Рос. Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 // КонсультантПлюс : справ. правовая система. —

Электрон. дан. — М., 2014. — Доступ из справ. правовой системы «КонсультантПлюс».

5. Официальный сайт ГТО [Электронный ресурс] - URL:
<http://www.gto.ru/> (дата обращения 20.12.2019).

6. Петренко В.В., Раскошный И.А. Готовность студентов вуза к выполнению норм «Готов к труду и обороне» // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма. — 2019. — Том. Выпуск 20. — С. 189—191.

7. Уваров В. А. 50 лет на службе народу // Физическая культура в школе. —1981. — № 3. — С. 2—5.