

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(**Н И У « Б е л Г У »**)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Кафедра теории и методики физической культуры

**ОСОБЕННОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ
И ОБОРОНЕ» В НИУ «БелГУ»**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
очной формы обучения, группы 02011301
Дымочко Виктора Васильевича

Научный руководитель
к.п.н., доцент Николаева Е.С.

БЕЛГОРОД 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ВСЕСОЮЗНЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)	9
1.1. История возникновения физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	9
1.2. Нарастание темпов популярности комплекса ГТО в СССР	14
1.3. Описание и характерные особенности норм и требований нового Всесоюзного комплекса «Готов к труду и обороне»	20
ГЛАВА 2. Возрождение и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в России	27
2.1. Цели, задачи и структура нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	27
2.2. Внедрение ВФСК «ГТО» в НИУ «БелГУ»	36
2.3. Проблемы и перспективы внедрения ВФСК ГТО в НИУ «БелГУ»	43
ВЫВОДЫ	45
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	47
ПРИЛОЖЕНИЯ	51

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность выбранной темы выпускной квалификационной работы обусловлена возрождением в Российской Федерации национальной идеи, направленной на улучшение здоровья и патриотизма нации.

В современной России особое значение приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья людей, формирования и распространения здорового образа жизни. Социально-экономические преобразования, научно-технический прогресс привели к признанию исключительной роли индивидуального и общественного здоровья в развитии общества в целом. В настоящее время в нашей стране, несмотря на позитивные тенденции последних лет, продолжают оставаться очень сложными социально-демографическая ситуация и состояние здоровья населения.

Мировая практика показывает, что физическая активность и массовый спорт обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья населения, увеличения продолжительности жизни и трудоспособного возраста, а также являются действенным средством профилактики асоциальных проявлений. Однако, по данным официальной статистики, количество систематически занимающихся спортивно-оздоровительной деятельностью в России значительно ниже аналогичных показателей развитых западных стран. Важнейшими задачами в этой связи является восстановление лучших традиций физкультурно-спортивного движения прошлых лет и поиск новых эффективных механизмов развития массового спорта, вовлечения в физкультурно-оздоровительную деятельность представителей различных социально-демографических групп и слоев населения.

Согласно «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года» и Государственной программе Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» [18] на

период до 2020 года, доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, должна достигнуть в 2020 году 40%, а среди обучающихся – 80%. Для решения этой задачи требуется создание современной и эффективной государственной системы физического воспитания населения.

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания 24 марта 2014 года был издан указ президента России В.Путина «О возрождении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Российской Федерации, как программной и нормативной основы физического воспитания населения. [37]

Активизация массового физкультурно-спортивного движения в настоящее время признана одним из приоритетных направлений социальной и спортивной политики, что отражено в «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года». Меры, направленные на реализацию данной Стратегии, привели к расширению сети спортивных объектов и культурных учреждений, к изменению отношения к физкультурно-оздоровительной деятельности и спорту у части населения. Однако, как показывает мировая практика, качественные изменения могут произойти в случае трансформации спортивной политики государства с переориентацией на интересы большей части граждан.

Ни одна из стран не сумела добиться существенных успехов в увеличении численности участников физкультурно-оздоровительного движения, пока не была разработана эффективная политика, позволяющая сделать спорт достоянием масс.

Позитивный опыт свидетельствует, насколько важна проблема разработки и реализации эффективной спортивной политики, расширения состава и обеспечения единства действий всех ее субъектов, привлечение наряду с государственными, общественных, коммерческих структур, средств

массовой информации для осуществления совместных целевых программ и практических действий по возрождению и развитию российского массового движения для всех категорий населения России.

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» будет происходить поэтапно. На первом этапе стартуют учащиеся общеобразовательных учреждений, т.е. белгородские школьники. Для успешного вхождения в жизнь в общеобразовательные учреждения комплекса ГТО, необходимо создать систему его внедрения. В этой связи, мы считаем необходимым создание такой эффективной системы.

Степень научной разработанности проблемы.

На основании изучения трудов различных авторов, исследовавших теоретические и практические проблемы социального института в целом и массового спорта в частности, вопросов взаимовлияния спорта и социума, можно сделать вывод, что достигнут определенный и немалый прогресс в исследовании данной проблематики.

Тем не менее, по нашему мнению, недостаточно исследованы и совершенны социальные факторы, а также методы и инструменты, детерминирующие развитие массового спорта в нашей стране.

Анализ актуальности темы исследования позволяет прийти к заключению, что имеется **противоречие** между существующей объективной потребностью в более полной реализации общекультурных и специфических функций массового спорта в современном российском обществе, повышении значимости его гуманистического потенциала и отсутствием объективных и субъективных условий массового, вовлечения всех категорий граждан, а также реализация этой потребности на практике.

Цель исследования – определить, изучить и проанализировать историю развития комплекса ГТО в России и Белгородской области и НИУ «БелГУ».

Объект исследования – образовательная среда НИУ «БелГУ».

Предмет исследования – процесс внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в НИУ «БелГУ».

Задачи исследования:

1. Проанализировать литературные источники по вопросам возникновения ФСК «ГТО».
2. Выявить цели, задачи и структуру нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
3. Охарактеризовать особенности становления и развития ВФСК «ГТО» в НИУ БелГУ.
4. Выявить проблемы и перспективы внедрения ВФСК ГТО в НИУ «БелГУ».

Методы исследования- анализ и обобщение данных литературных и документальных материалов по проблеме исследования, опрос в виде беседы, отбор, систематизация, сравнительно-исторический анализ теоретических и эмпирических данных.

Теоретические и методологические основания исследования.

Теоретическую базу исследования составили труды социологов, педагогов, психологов, юристов, политологов, культурологов, специалистов по теории и практике физической культуры и спорта.

Анализ исследований проблем физической культуры и массового спорта как социального института показал, что он сконцентрирован в основном вокруг следующих групп вопросов:

- существенные характеристики физической культуры как составляющей общей культуры и ее воспитательную роль изучали В.К.Бальсевич, В.М.Выдрин, Ю.Ф.Курамшин, Л.И.Лубышева и др.;
- особенности развития физкультурно-спортивного движения в России исследовались такими учеными, как В.У.Агеевец, Н.Н.Бугров, В.М.Выдрин, Г.С.Демер, Е.Ю.Зеликсон и др.;

- социальные проблемы личности и ее социализации через сферу спортивной деятельности исследовали Н.И. Измоденова, Н.З. Коротков, О.С. Красноперова, О.Л. Лейбович, В.Д. Разинская и др.

- проблемы реализации различных функций современного института физической культуры и спорта рассматривали В.К. Бальсевич, В.В. Белорусова, Ю.М. Блудов, С.В. Брянкин, И.М. Быховская, Н.Н. Визитей, П.А. Виноградов, В.М. Выдрин, В.Г. Кудрявцев, Ж.В. Кудрявцева, Л.И. Лубышева, Л.П. Матвеев, Ю.М. и многие другие;

- над проблемами формирования здорового образа жизни различных категорий населения работали В.В. Белорусова, В. Д. Гончаров, В. И. Жолдак, П. А. Виноградов, М.Я. Виленский, И.А.Васильева и др.;

- тема социального регулирования и управления развитием массового спорта нашла отражение в трудах С.В. Артемова, А.М. Банникова, В.И. Жолдака, В.В. Кузина, М.Е. Кутепова, В.В. Новикова, Р.А. Пилюяна, А.С. Соколова, К.С. Хаснутдинова и др.;

- вопросам теории и методологии использования средств массовой информации в развитии физкультурно-спортивного движения посвящены труды В.В.Баранова, П.А.Виноградова, Е.А.Войтик, С.И. Гуськова, Е.А.Слюсаренко и др.;

- проблемы формирования спортивной политики на различных уровнях государственного и муниципального управления рассматривали А.Ф. Антипов, А.М. Банников, С.Е. Воронин, М.И. Золотарев, А.П. Исаев, В.М. Краснов, В.Г. Камалетдинов, Р.К. Кудашов, А.Г. Маркелов, И.И. Уловистова и др.

Новизна исследования заключается в возрождении системы комплекса ГТО эпохи Советского Союза в новом современном формате с учетом приоритетов государственной политики в сфере развития физической культуры и спорта.

При внедрении комплекса ГТО в НИУ «БелГУ» мы опирались на труды И.А. Аршавского, А.Г. Асмолова, М.Я. Виленского, В.И. Ильинича,

Синицына Ю.Н., Сажина Н.М. Г.Н. Серикова, Н.А. К.Д. Чермита, а также на практический опыт по внедрению комплекса ГТО других пилотных регионов.

Теоретическая значимость исследования.

Представленные в работе материалы дают возможность составить целостное представление о комплексе ГТО и особенностях его внедрения в НИУ «БелГУ» в современный период его существования.

Практическая значимость исследования состоит в том, что опыт внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в НИУ «БелГУ» может использоваться в общеобразовательных школах, учреждениях дополнительного образования детей, учреждениях среднего и высшего профессионального образования, трудовых коллективах, а также в практической деятельности специалистов в области управления спортом, преподавателей, тренеров при разработке планов, программ развития массовой физкультурно-оздоровительной деятельности.

ГЛАВА 1. ВСЕСОЮЗНЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)

1.1. История возникновения Всесоюзного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в СССР

ГТО — три буквы, значение которых знает любой житель нашей страны. Комплекс «Готов к труду и обороне» — венец советской системы физического воспитания, ее программная и нормативная основа. Комплекс ГТО направлен на то, чтобы сформировать моральный и духовный облик советских людей, гармонично и всесторонне развить их физические и нравственные качества, укрепить здоровье и повысить творческую и трудовую активность. Комплекс ГТО действует в нашей стране уже более 45 лет и составляет основу системы физического воспитания. [23]

Физической культурой и спортом в царской России занимались одиночки. Не до спортивных рекордов и не до оздоровительной гимнастики было питерскому рабочему или тамбовскому крестьянину. С первых же дней Советской власти вопросы физического воспитания стали одной из самых актуальных задач: молодой республике Советов нужны были здоровые люди, Красной Армии требовались сильные, выносливые и умелые бойцы, физическая культура и спорт должны были стать мощным средством нравственного воспитания молодежи [5,15].

В день своего пятилетнего юбилея — 24 мая 1930 года — молодежная газета «Комсомольская правда» опубликовала подборку материалов, объединенных общим заголовком «Крепкие мышцы, зоркий глаз нужны каждому трудящемуся!». В данной газете были опубликованы материалы о необходимости введения единого критерия для оценки всесторонней физической подготовленности детей, молодежи и работающего населения. Газета справедливо отмечала, что, к сожалению, «занятия физическими упражнениями в кружках, на площадках и стадионах до сих пор еще мало

приспособлены к требованиям производства, к требованиям обороны», и, выражая мнение Центрального Комитета ВЛКСМ, предложила ввести нормативы, которые смогли бы проверить готовность трудящихся Страны Советов к труду и обороне.

Для проверки готовности граждан предлагалось установить специальные нормы и требования, и каждый, кто их выполнит, получает право носить почетную награду — значок с надписью «Готов к труду и обороне».

Инициатива ленинского комсомола получила признание в широких кругах общественности, и по поручению Всесоюзного совета физической культуры при Всероссийском Центральном Исполнительном Комитете (ВЦИК) СССР был разработан проект комплекса ГТО, который в марте 1931 года после обсуждения в различных общественных организациях страны был утвержден [5].

Задачи комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО):

1. Использование физической культуры как важнейшего составного элемента советского образа жизни.
2. Достижение высокого уровня физической подготовленности советского народа, обеспечивающей творческое долголетие.
3. Необходимое состояние здоровья, высокопроизводительный труд, готовность к защите Родины.
4. Широкая и всесторонняя пропаганда физической культуры среди различных категорий населения.
5. Воспитание у советских людей потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями на протяжении всей жизни.
6. Овладение основными положениями советской системы физического воспитания, знаниями и практическими навыками самостоятельных занятий физическими упражнениями, по гигиене и гражданской обороне.
7. Массовое вовлечение населения в активную деятельность по участию в управлении самостоятельным физкультурным движением.

8. Содействие развитию разнообразных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебы, труда, отдыха.

9. Организация рационального двигательного режима для всех возрастно-половых и социально-демографических групп населения.

10. Развитие массового спорта, выявление и воспитание спортивных талантов.

Призыв газеты и комсомола получили широкий отклик у граждан СССР. Писатель Максим Горький и ученый И. П. Павлов, многие другие известные всему миру и стране люди одобрили идею комплекса ГТО. Всесоюзный Центральный Совет Профессиональных Союзов принял специальное постановление, в котором отметил, что введение нормативов ГТО улучшит работу по военизации физической культуры, повысит внимание нашей общественности к всестороннему физическому воспитанию людей, строящих первое в мире социалистическое общество. Всесоюзный совет физической культуры при Центральном Исполнительном Комитете СССР 11 марта 1931 года утвердил комплекс «Готов к труду и обороне СССР». [23]

По всей стране началась борьба за ГТО, в авангарде которой стали ленинградцы, в первую очередь — студенты старейшего в мире физкультурного вуза. «Сдача норм на значок ГТО становится делом чести каждого трудящегося», — справедливо писали газеты. В первом всесоюзном смотре-конкурсе, состоявшемся вскоре после введения комплекса ГТО, ленинградцы были «в числе немногих организаций, проведших первый смотр-конкурс по-боевому». К четырнадцатой годовщине Октября в Ленинграде было 7 тысяч человек, сдавших полностью нормативы комплекса ГТО (Всесоюзный совет по физкультурному комплексу ГТО — ВСФК — планировал для города Ленинграда всего лишь 3 тысячи значкистов).

Зима 1931-1932 года стала суровой проверкой для ленинградцев, ведущих «бой за ГТО». Капризы ленинградской погоды общеизвестны. В ту зиму хорошего снега не было вплоть до февраля 1932 года. А когда снег

наконец-то выпал, началось беспрецедентное в истории отечественной физической культуры и спорта массовое мероприятие: 140 тысяч человек стали на лыжи и сдали нормативы ГТО «Ленинград оцетинился лыжами. Ленинград теперь не только водный город, но и город лыж,— констатировала пресса. — Едва ли теперь в Ленинграде найдешь человека, который не знал бы трех букв — ГТО».

Свыше 50 руководящих работников и 350 студентов Института физкультуры имени П. Ф. Лесгафта и техникума физкультуры отправились на предприятия, чтобы организовать сдачу нормативов. Заводоуправления во главе с директорами первыми сдали лыжные нормы, показывая пример своим подчиненным. Ответственные работники партийных и комсомольских организаций, председатели и члены президиумов райисполкомов, передовики труда были во главе сдающих нормативы ГТО .

«Учитывая важность сдачи норм ГТО, обязуюсь к 1 Мая сдать все нормы, начинаю сдавать нормы с 21 февраля (с лыж), призываю последовать моему примеру всех ответственных секретарей, партячеек завода и треугольники в цехах, из 8-й автоматной персонально вызываю тт. Фойзибуша и Кузина», — читаем мы «вызов», сделанный ответственным секретарем цеховой партийной ячейки завода «Красная заря», опубликованный в № 2 специального бюллетеня журнала «Спартак». Беседы и лекции, листовки и плакаты, стихотворные лозунги и радиопередачи, сводки и бюллетени, радиопереклички цехов, посвященные ГТО, трамваи, разукрашенные призывами к сдаче нормативов, наполнили все города.

Организациям, успешно наладившим сдачу нормативов ГТО, вручались красные знамена, отстающие получали переходящий «орден черепахи». Фотографии сдавших нормативы ГТО вывешивались на доске Почета вместе с фотографиями передовиков производства. Сдаче норм большое внимание уделяли газеты, журналы, радиовещание Ленинграда. «Борьба за ГТО» стала борьбой за популяризацию идей советской физической культуры, нашедших свое полное оформление и завершение в

комплексе ГТО. Борьба эта велась вместе с общеполитической борьбой, с борьбой за укрепление всех звеньев физкультурного движения, в первую очередь низовых бригад, ячеек, групп. «Сдача норм становится делом не только физкультурников: массовая учеба, подготовка к сдаче норм становится делом всех трудящихся. Отличие минувшей зимы от прошлых состоит в том, что сдавать нормы вместе с физкультурниками пошли массы рабочих-не физкультурников.

Обычным явлением становятся сдачи норм пожилыми людьми, 50—70 лет,— констатирует брошюра «Ленинград в боях за ГТО», вышедшая в 1934 году. Вылазки учебные, вылазки на сдачу, тысячи людей на Неве, стадионах, заводских пунктах и базах, тысячи никогда не встававших на лыжи встали и пошли».

«Физкультурным орденом» назвал значок ГТО маршал К. Е. Ворошилов. Значок этот был изготовлен в 1931 году, после того как журнал «Физкультура и спорт» объявил конкурс, победителем которого вышел пятнадцатилетний школьник Г. Тактаров. В окончательной доработке эскиза школьнику помог известный художник М. Ягужинский, и значок — серебряный кружок на маленькой цепочке с цифрой I — получил полное одобрение.

Борьба за «физкультурный орден» вывела в большой спорт таких прославленных спортсменов, как братья Знаменские, Мария Шаманова и многие другие. Нормативы ГТО одними из первых сдали известнейшие люди страны: шахтер Алексей Стаханов, балерина Галина Уланова, один из крупнейших математиков мира академик Андрей Николаевич Колмогоров, Герой Социалистического Труда Георгий Сперанский, Герой Советского Союза Марина Чечнева, трактористка Паша Ангелина.

По мере того как комплекс ГТО все больше и больше становился общенародным делом, в него вносились коррективы и поправки.

1.2. Нарастание темпов популярности комплекса ГТО в СССР

В 1931 году значкистами ГТО стали 24 тысячи физкультурников, в 1932-м — 465 тысяч и в 1933 году 835 тысяч физкультурников. В 1932 году была введена 2-я, более сложная ступень комплекса ГТО, содержащая 25 норм: 3 теоретических требования и 22 практических испытания по различным видам физических упражнений. Она была значительно сложнее. Сдать все нормативы можно было только при условии систематических тренировок. [20]

В 1934 году для подростков 13—14 и 15—16 лет были введены нормативы на значок «БГТО» — «Будь готов к труду и обороне», изменения вносились в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах. Сдача этих нормативов стала начальной ступенью всестороннего физического развития. Значок «БГТО» состоял из 16 норм спортивно-технического характера и требований по санитарной подготовке. Значкист БГТО, кроме того, должен был уметь провести занятия по одному из видов спорта, знать правила и уметь судить спортивные игры.

Комплекс ГТО в 30-е годы сыграл огромную роль в развитии массовости советского физкультурного движения. Сдавая нормы ГТО, миллионы юношей и девушек приобрели всестороннюю физическую подготовку и закалку.

Благодаря активизации физкультурного движения уже в 1934 году в стране насчитывалось около 5 миллионов физкультурников, половина из которых была значкистами ГТО.

Во второй половине 30-х годов, в результате создания добровольных спортивных обществ, улучшилась работа коллективов физической культуры фабрик, заводов, учебных заведений. Значительное развитие получили физическая культура и спорт среди сельской молодежи. Стали крепнуть секции по различным видам спорта в коллективах физической культуры, быстро росло число физкультурников и спортсменов.

В тревожное предвоенное время Совет Народных Комиссаров Союза ССР принял 26 ноября 1939 года постановление «О введении нового физкультурного комплекса „Готов к труду и обороне СССР"», в котором была усилена военно-прикладная направленность комплекса. «Новый комплекс,— говорилось в постановлении, — утверждается в целях дальнейшего улучшения системы физической подготовки трудящихся СССР». Для сдачи нормативов нового комплекса вводились нормы обязательные и нормы по выбору. Всесоюзному комитету по физической культуре и спорту совместно с наркомпросами союзных республик и Комитетом по делам высшей школы предлагалось пересмотреть программы по физическому воспитанию во всех звеньях нашей системы образования: в начальных и средних школах, в техникумах и вузах. И пересмотр этот должен был быть сделан на основе нового комплекса ГТО.

«Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР», таким образом, приобрел государственное значение, послужил прочной и надежной основой всей советской системы физического воспитания, — пишет «Энциклопедия значкиста ГТО».— За годы существования комплекса практически все поколения советских людей прошли через ГТО: сдавали его нормы, активно приобщались к физической культуре и спорту и благодаря этому приобретали крепкое здоровье, физическую закалку. Со значком ГТО спускались в забои шахтеры, вставляли к мартенам сталевары, выходили в поле хлеборобы, отправлялись возводить новые города строители». Жизнь показала, что структура комплекса ГТО 1939 года, несомненно, была для того времени прогрессивной. [16]

Важным этапом в истории отечественного спорта явилась введенная в 1937 году всесоюзная спортивная классификация, в которую были включены нормы и требования по 10 видам спорта: легкой атлетике, гимнастике, тяжелой атлетике, боксу, борьбе, плаванию, теннису, фехтованию, конькобежному и стрелковому спорту.

К концу 1939 года в СССР было подготовлено свыше 100 тысяч

спортсменов-разрядников, в том числе 6420 спортсменов первого, 18 798 — второго и 76 892 — третьего разрядов.

Жизнь не стоит на месте. Менялись условия жизни наших людей, и закономерно встал вопрос об изменении нормативов ГТО, утвержденных в 1939 году. В разработке и обсуждении нового комплекса приняли участие ученые, тренеры, преподаватели физкультуры, ветераны-значкисты первого комплекса ГТО, работники спортивных организаций. Ценные предложения внесли Министерство просвещения СССР, Министерство среднего и высшего образования, Министерство обороны СССР, Министерство здравоохранения СССР, Центральный комитет ДОСААФ и многие другие организации.

Вступивший в действие с 1 января 1940 года новый комплекс ГТО содержал не только обязательные нормы, но и нормы по выбору, что обеспечивало сочетание общей физической подготовки со спортивной специализацией. Включение в комплекс обязательных норм обеспечивало овладение навыками бега, плавания, передвижения на лыжах, стрельбы и преодоления препятствий, кроме того, каждый сдающий нормы ГТО должен был по своему выбору выполнить упражнения из различных видов спорта, способствовавшие совершенствованию силы, быстроты, ловкости и выносливости.

Патриотическая целеустремленность и практическое содержание комплекса ГТО прошли суровую проверку в огне Великой Отечественной войны. Благодаря ГТО миллионы советских людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий. Это помогло им в минимальные сроки овладеть военным делом, стать снайперами, разведчиками, танкистами, летчиками. Скромный значок ГТО для многих из них стал первой наградой, к которой позднее добавились ордена за подвиги в труде и бою.

В послевоенное время комплекс ГТО продолжал совершенствоваться в

соответствии с задачами, стоящими перед физкультурным движением того времени. Введенный в 1946 году комплекс ГТО характеризовался тем, что было сокращено количество норм, установлена взаимосвязь между этими нормами и программами физического воспитания школ и учебных заведений, уточнены и изменены возрастные группы сдающих нормы ГТО.

После окончания Великой Отечественной войны, когда страна приступила к восстановлению разрушенного войной хозяйства, Центральный Комитет Коммунистической партии Советского Союза в декабре 1948 года в своем постановлении выдвинул перед физкультурными организациями страны задачу дальнейшего развития физкультурного движения и на этой основе завоевания советскими спортсменами мировых первенств и рекордов по основным видам спорта. [40]

Решение партии вызвало небывалый подъем в работе физкультурных организаций страны. На фабриках и заводах, шахтах и рудниках, в колхозах и совхозах, в школах и других учебных заведениях создавались новые коллективы физической культуры, и организационно укреплялись существующие классификации советских спортсменов. Исключительно большое значение придавалось вопросам дальнейшего совершенствования методов обучения и тренировки в спорте, всесторонней физической подготовки, как важнейшей базы для укрепления здоровья, повышения качества физического воспитания молодежи и успешного роста спортивного мастерства до уровня наивысших достижений в спорте.

Естественно, что все это потребовало дальнейшего совершенствования комплекса ГТО.

В комплексе ГТО, введенном с 1 января 1955 года, было исключено деление нормативов на обязательные и по выбору. В каждую ступень входили нормы обязательные для всех сдающих на значок. Для получения значка ступени БГТО требовалось на соревнованиях сдать 10 норм, значка ГТО 1-й ступени— 12 норм и значка ГТО 2-й ступени— 11 норм.

В этом комплексе были установлены новые возрастные группы сдающих нормы ГТО, а также дифференцированные нормативные требования для различных возрастов физкультурников.

К 1958 году число физкультурников в нашей стране достигло 23 696 800 человек, в то же время в период действия комплекса 1955—1958 гг. ежегодная подготовка составляла немногим более 3 миллионов значкистов ГТО всех ступеней, и за 4 года этого периода было подготовлено около 16 миллионов значкистов ГТО.

Из этих данных видно, что нормы ГТО за это время не сдали даже все физкультурники страны. Хотя проведенное в 1954 году изменение комплекса и изъятие нормативов по выбору упростило организацию работы по комплексу в коллективах физической культуры, а также приблизило содержание комплекса к условиям физического воспитания в школе. Но эти частичные изменения не помогли решить основных и главных задач: вовлечь население в сдачу норм ГТО, повысить качество физического воспитания. Поэтому перед физкультурными организациями возникла настоятельная задача — найти лучшее сочетание нормативов комплекса с программными требованиями по физическому воспитанию в школах, училищах, высших учебных заведениях. Всевозрастающий интерес молодежи к спорту подсказывал необходимость усилить спортивную направленность комплекса и сделать более интересным для молодежи весь процесс подготовки и сдачи норм.[40]

Кроме того, жизнь настойчиво требовала всемерно усилить соревновательное начало в практике работы по комплексу ГТО, что должно было иметь решающее значение в улучшении качества подготовки и сдачи норм ГТО.

Наиболее существенные изменения были внесены в комплекс ГТО, введенный в 1959 году.

Проект комплекса был опубликован в августе 1958 года для широкого обсуждения. Небезынтересно отметить, что в ходе обсуждения всеобщую

поддержку получило положение об идейной целеустремленности и патриотической направленности комплекса, требование тесного и органического сочетания программы по физическому воспитанию в школах и учебных заведениях, а также введение системы начисления очков за показанные результаты, что позволяло учитывать местные условия работы каждого коллектива, возможности и склонности каждого физкультурника.

Введенный в январе 1959 года усовершенствованный физкультурный комплекс ГТО состоял из трех ступеней. Ступень БГТО — для школьников 14—15 лет, ГТО 1-й ступени — для юношей и девушек 16—18 лет, ГТО 2-й ступени — для молодежи 19 лет и старше.

В Вооруженных Силах СССР в 1965 году была введена специальная ступень комплекса ГТО — «Военно-спортивный комплекс» (ВСК), и в 1966 году по инициативе ЦК ДОСААФ была разработана и введена в действие еще одна Ступень комплекса ГТО — «Готов к защите Родины» (ГЗР) для молодежи призывного возраста. Эти две специальные ступени комплекса ГТО имели большое значение в повышении общей и специальной физической подготовки молодежи призывного возраста и военнослужащих.[40]

Происшедшие количественные и качественные изменения в физкультурном движении того периода были характерны для всех физкультурных организаций страны и вызваны постановлением ЦК КПСС и Совета Министров СССР (1966 г.) «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и спорта в стране». Постановление партии и правительства определило программу дальнейшего развития физкультурных организаций в соответствии с требованиями в период развернутого строительства коммунистического общества. С годами ряд положений и нормативных требований комплекса ГТО, действовавшего с 1959 года, перестал соответствовать тем новым требованиям, более сложным задачам, которые были поставлены в области физического воспитания народа, развития физкультурного движения в стране.

В связи с этим появилась необходимость совершенствовать формы и методы организации физкультурного движения и комплекса ГТО.

1.3. Описание и характерные особенности норм и требований нового Всесоюзного комплекса «Готов к труду и обороне»

17 января 1972 года было принято постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О введении нового Всесоюзного физкультурного комплекса "Готов к труду и обороне СССР" (ГТО)», который начал действовать 1 марта того же года. «Новый комплекс ГТО,— говорилось в постановлении,— являющийся программной и нормативной основой советской системы физического воспитания, призван сыграть важную роль в подготовке всесторонне развитых и физически совершенных людей, активных строителей коммунистического общества, стойких защитников Родины». [1]

Он имел 5 возрастных ступеней (для каждой были установлены свои нормы и требования):

1-я - "Смелые и ловкие" - 10-11 и 12-13 лет,

2-я - "Спортивная смена" - 14-15 лет,

3-я - "Сила и мужество" - 16-18 лет,

4-я - "Физическое совершенство" - мужчины 19-28 и 29-39 лет, женщины 19-28 и 29-34 лет,

5-я - "Бодрость и здоровье" - мужчины 40-60 лет, женщины 35-55 лет.

В Вооружённых Силах СССР с 1972 года действует военно-спортивный комплекс (ВСК), соответствующий 4-й ступени ГТО.

Десятки миллионов людей сдали нормативы нового комплекса. Комплекс значительно раздвинул возрастные рамки, охватив как самых младших, так и самых старших. Как сказал академик медицинских наук (АМН) А. Покровский, новый комплекс ГТО в сочетании с принципами рационального питания, гигиены труда и отдыха является мощным

фактором, способствующим сохранению более молодого биологического возраста для каждого человека. [1]

Комплекс состоит из двух частей. Первая — «Будь готов к труду и обороне СССР» (БГТО) — охватывает школьников от 6 до 15 лет. Вторая — «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) — включает учащуюся молодежь и трудящихся от 16 до 60 лет. Комплекс БГТО состоит из четырех ступеней, комплекс ГТО — из трех. И каждая из ступеней Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» имеет четыре основных раздела: знания, умения, требования к двигательному режиму, виды испытаний и нормы.[22]

Раздел знаний состоит из двух тем: физическая культура в повседневной жизни человека и ее значение для гражданской обороны. Раздел этот должен оценить знания населения о влиянии физической культуры на достояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности человека, а также оценить знания по гражданской обороне.

Раздел умений предусматривает умение практически применять те или иные средства физической культуры в режиме труда, учебы, отдыха; умение применять гигиенические и закаливающие процедуры и средства самоконтроля за состоянием здоровья при групповых и самостоятельных занятиях физической культурой; владение основами гражданской обороны.

Раздел требований к двигательному режиму определяет минимальный объем физических упражнений, которые рекомендуется выполнить в течение каждой недели при подготовке к сдаче нормативов ГТО, наконец, раздел видов испытаний и норм состоит из различных тестов, которые позволяют определить разностороннее развитие физических качеств и степень овладения прикладными навыками. Нормативы комплекса ГТО позволяют в соответствии с возрастом оценить уровень развития физических качеств человека — быстроты, выносливости, силы, ловкости.

Являясь важным средством развития советской системы физического воспитания, он призван способствовать дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь советских людей, созданию необходимых возможностей для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины.

Новый комплекс ГТО позволил улучшить массовую физкультурно-спортивную работу в каждом коллективе физической культуры, в спортивном клубе и в целом в стране, решить целый ряд важнейших вопросов, связанных с укреплением здоровья советских людей, их физическим совершенством, переходом от массового физкультурного движения к общенародному. Расширились возрастные рамки комплекса: добавились ступени для школьников 10—13 лет и трудящихся 40—60 лет. Теперь комплекс ГТО строится по возрастному принципу, охватывает население с 10 до 60 лет и состоит из 5 ступеней. За комплексом сохранено его прежнее название «Готов к труду и обороне СССР». Это связано с тем, что такое наименование четко определяет идейную направленность, воспитательную сущность комплекса, близкую и понятную представителям всех возрастных категорий. Вместе с тем каждой из пяти ступеней нового комплекса ГТО дано свое название. 1-я ступень получила название «Смелые и ловкие». 2-я ступень — «Спортивная смена».

3-я ступень — «Сила и мужество». 4-я ступень — «Физическое совершенство». 5-я ступень — «Бодрость и здоровье».

Чтобы сдающие нормы и требования комплекса ГТО имели постоянный стимул к повышению своей физической подготовленности, для каждой его ступени установлены нормы нескольких уровней трудности и в соответствии с их выполнением учреждены для награждения серебряный и золотой значки, для 5-й ступени только золотой, а для 4-й, кроме того, золотой с отличием. Каждая ступень комплекса состоит из двух разделов:

а) раздел требований предусматривает изучение основных положений советской системы физического воспитания, овладение практическими

навыками личной и общественной гигиены, правилами и приемами защиты от оружия массового поражения, выполнение утренней гимнастики;

б) раздел норм включает упражнения, определяющие уровень развития физических качеств человека — сила, выносливость, быстрота, ловкость, а также упражнения, способствующие овладению прикладными двигательными навыками,— бег на скорость и выносливость, силовые упражнения, прыжки, лыжные гонки, плавание и другие.

Комплекс ГТО 1-й ступени — «Смелые и ловкие» введен для школьников 10—13 лет. Главные задачи — формирование у детей сознательного отношения к занятиям физической культурой, развитие основных физических качеств и жизненно необходимых умений и навыков, выявление спортивных интересов. 1-я ступень подразделяется на две возрастные группы: мальчики и девочки 10—11 и 12—13 лет. Комплекс состоит из 7 норм обязательных, 6 норм по выбору и 4 требований:

а) все сдающие на 1-ю ступень, независимо на серебряный или золотой значок, должны сдать зачеты по всем четырем требованиям;

б) сдающие на серебряный значок должны выполнить 7 обязательных норм на уровне требований для серебряного значка;

в) для сдачи норм на золотой значок необходимо выполнить 7 обязательных норм, не менее 5 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, и, кроме того, мальчикам и девочкам 10—11 лет — 2 и 12—13 — 3 любые нормы по выбору.

Упражнения по выбору для сдающих на золотой значок (в возрасте 10—11 лет необходимо сдать 2 любых вида, в возрасте 12—13 лет — 3 вида).(Приложение № 1,2)

Комплекс ГТО 2-й ступени — «Спортивная смена» предназначен для подростков 14—15 лет. Задача этой ступени — дальнейшее повышение физической подготовленности подростков и овладение прикладными двигательными навыками.

Комплекс состоит из 9 норм и 4 требований:

а) все сдающие на 2-ю ступень ГТО, независимо на серебряный или золотой значок, должны сдать зачеты по всем четырем требованиям;

б) сдающие на серебряный значок должны выполнить 8 норм (9-я исключается) на уровне требований для серебряного значка;

в) для сдачи норм на золотой значок необходимо из 8 норм (исключая 9-ю норму) выполнить не менее 6 на уровне требований, установленных для золотого значка. (Приложение № 3)

Комплекс ГТО 3-й ступени — «Сила и мужество» является нормативами для юношей и девушек 16— 18 лет. Задача этой ступени — совершенствование физической подготовленности молодежи, необходимой для последующей трудовой деятельности и готовности к службе в Вооруженных Силах СССР.

Комплекс состоит из 10 норм и 4 требований:

а) все сдающие на 3-ю ступень ГТО, независимо на серебряный или золотой значок, должны сдать зачеты по всем четырем требованиям;

б) сдающие на серебряный значок должны выполнить 9 норм (10-я норма исключается), на уровне требований для серебряного значка;

в) для сдачи норм на золотой значок необходимо из 9 норм (исключая 10-ю норму) выполнить не менее 7 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, 2 нормы на уровне требований, установленных для серебряного значка, и выполнить требования 10-й нормы (иметь III разряд по прикладному виду спорта или II разряд по любому виду спорта). (Приложение №4)

Комплекс ГТО 4-й ступени — «Физическое совершенство» предназначен для мужчин 19 — 39 лет и женщин 19 — 34 лет. Задачи ступени — достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности населения для высокопроизводительного труда и выполнения священного долга по защите Родины. 4-я ступень подразделяется на две возрастные группы: мужчины 19—28 и 29—39 лет, женщины 19—28 и 29—34 лет.

Комплекс состоит из 10 норм и 4 требований:

а) все сдающие на 4-ю ступень, независимо на серебряный или золотой значок, должны сдать зачеты по всем четырем требованиям;

б) сдающие требования на серебряный значок должны выполнить 9 норм (10-я норма исключается), на уровне требований, предусмотренных для серебряного значка;

в) сдающим нормы на золотой значок необходимо выполнить из 9 норм не менее 7 на уровне требований, установленных для золотого значка, 2 нормы на уровне требований, установленных для серебряного значка, а мужчинам и женщинам 18—19 лет, кроме того, выполнить 10-ю норму (иметь II разряд по любому виду спорта);

г) на золотой значок с отличием мужчинам и женщинам 19 — 28 лет необходимо выполнить все требования и нормы на золотой значок и иметь I разряд или два вторых разряда. (Приложение № 5)

Комплекс ГТО 5-й ступени — «Бодрость и здоровье» предназначен для мужчин 40—60 лет и женщин 35— 55 лет. Задачи ступени — сохранение на долгие годы крепкого здоровья и высокого уровня физической подготовленности трудящихся для обеспечения их трудовой активности и постоянной готовности к защите Родины. (Приложение № 6)

В 1980-е годы комплекс ГТО в очередной раз претерпел изменения, появилось разнообразие. Каждый мог выбрать тот комплекс, который был ему ближе по физическим возможностям.

Физкультурный комплекс ГТО был органически связан с Единой Всесоюзной спортивной классификацией, которая определяла последовательность роста мастерства, уровень подготовленности спортсменов и развитие их достижений от массовых спортивных разрядов до высших классификационных категорий. Спортивные разряды и звания присваивались при условии сдачи спортсменами норм ГТО.

С 1931 по 1941 год количество человек, сдавших нормы комплекса ГТО 1-й ступени, достигло 6 миллионов, а 2-й ступени - более 100 тысяч. В

1948 году в СССР насчитывалось 139 коллективов физкультуры и 7,7 миллиона физкультурников, а в 1977 году в стране было уже 219 тысяч коллективов физкультуры и свыше 52,3 миллиона физкультурников.

В 1972-1975 гг. нормы и требования комплекса выполнили свыше 58 млн. чел. С 1974 года проводились всесоюзные первенства по многоборьям ГТО (в 1975 году в массовых стартах участвовали 37 млн. чел., в финале - около 500 чел.; призёрам 4-й ступени присваивалось звание мастера спорта СССР).

За семь лет существования соревнований по многоборью ГТО свыше 350 тысяч юношей и девушек стали чемпионами районов, городов, областей, республик, 77 человек носят почетный титул чемпиона СССР по многоборью ГТО, 100 человек стали первыми в истории советского физкультурного движения мастерами спорта СССР по многоборью ГТО.

За время действия комплекса ГТО, применение различных систем программных требований, практики тестирования и действия спортивной классификации сложился определенный комплекс двигательных заданий, который затем подвергался постоянной проверке.

Эмпирический поиск привел к созданию программы испытаний, разносторонне оценивающей не только развитие физических качеств, но и степень овладения трудовыми и военными навыками. Все это сконцентрировалось в физкультурном комплексе «Готов к труду и обороне СССР» относится к 1931–1934 гг. За время первого этапа становления ГТО комплекс изменялся три раза.

На втором этапе после становления основных структурных элементов комплекса ГТО в последующие годы определялась система контрольных упражнений, пригодных для оценки физической подготовленности различных возрастных групп населения; изменился уровень нормативных требований; уточнялись возрастные границы внутри отдельных ступеней и т.д. Видимо, этим и объясняются частичные изменения в видах испытаний комплекса ГТО, их способы выполнения, длина беговых дистанций и т.п.[20]

ГЛАВА 2. Возрождение и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в России

2.1. Цели, задачи и структура нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

В марте 2013 года на совещании по развитию детско-юношеского спорта президент России Владимир Путин заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом серьёзно не изменилась.

Для решения этой проблемы и укрепления здоровья детей В. Путин и предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития ребёнка. Президент также предложил вносить оценку уровня физической подготовки школьника в аттестат и учитывать её при поступлении в вузы.

Инициативу Путина снова ввести ГТО тогда поддержали депутаты Госдумы, сенаторы Совета Федерации, ректоры вузов, а также ДОСААФ России (Добровольное общество содействия армии, авиации и флоту).

«Запуск программы ГТО остро ставит вопрос о площадках для занятия спортом. Нам нужна сеть некоммерческих физкультурно-спортивных клубов по местам жительства, работы или службы. То есть в шаговой доступности», — сказал президент. При этом он добавил, что должны быть построены спортивные сооружения и на открытом воздухе. Кроме того, глава государства предложил дополнить перечень ежегодно реализуемых работодателем мер по улучшению условий и охраны труда. «Скажем, включить в соцпакет возможность компенсировать сотрудникам оплату занятий спортом в клубах и спортивных секциях», — сказал Путин.

Дополнительной мерой привлечения граждан к спорту, по мнению Путина, может стать механизм мотивирования страховых медицинских организаций. Массовый спорт должен развиваться и быть более доступным для людей разного возраста, состояния здоровья, на что и направлена инициатива по возрождению ГТО.

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, президент России В. Путин постановил: «ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программную и нормативную основу физического воспитания населения».

На первом этапе возрождения комплекса ГТО в РФ планировалось в 12 пилотных регионах апробировать новые нормативы для ступеней комплекса, охватывающих в первую очередь школьные возрастные группы. Пилотными регионами определены 6 областей, 5 республик РФ и 1 край. [42]

Список 12-ти пилотных регионов ГТО:

1. Белгородская обл.
2. Владимирская обл.
3. Московская обл.
4. Смоленская обл.
5. Свердловская обл.
6. Ярославская обл.
7. Республика Карелия
8. Республика Марий Эл
9. Республика Удмуртия
10. Республика Мордовия
11. Республика Татарстан
12. Красноярский край

В связи с вхождением Крыма в состав РФ к ним присоединилась республика Крым и первый пилотный город-регион Севастополь.

Каждый Пилотный регион проявляет творческий подход к реализации программы возрождения комплекса ГТО. Например, в Смоленской области привлечены к реализации программы крупнейшие научно-спортивные учреждения Смоленска — академия СГАФКСТ и училище СГУОРТ, имеющие необходимую инфраструктуру и преподавательские кадры, способные организовать сдачу нормативов ГТО, т.к. они имеют богатый опыт подготовки олимпийского резерва и высококлассных спортсменов всех видов спорта, которые включены в нормативы ГТО.

В пилотных регионах строятся специализированные многофункциональные площадки для выполнения нормативов ГТО не только школьными, но всеми 11-ю возрастными ступенями комплекса ГТО. В регионы поступили трансферты из федерального бюджета, направленные для переоборудования школьных спортивных залов в целях их приспособленности к проведению тестовых соревнований. [42]

В августе месяце 2014 г. учителя физкультуры всех 14-и пилотных регионов пройдут курсы повышения квалификации, на которых изучат особенности нормативов ГТО. С 1 сентября во всех школах пилотных регионов начинаются тренировки школьников, направленные на сдачу нормативов ГТО, а с января месяца 2015 года их массовая сдача на тестовых соревнованиях.

На федеральном уровне предусмотрены стимулирующие мероприятия: начисление дополнительных баллов абитуриентам и выдача повышенных стипендий студентам, получившим золотой знак ГТО в своей возрастной группе, а также вручение памятного знака Президента РФ тем, кто успешно сдает нормативы при переходе в последующие возрастные группы.

Пилотные регионы планируют в ближайшие годы значительно повысить массовость физкультурного движения. Например, Белгородская область, занимающая в настоящее время шестое место среди всех регионов

РФ по этому показателю, планирует за 5 лет довести количество населения, занимающееся спортом в области до 40%, повысив нынешний показатель на 13,3%.

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

Комплекс ГТО направлен на обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи Комплекса ГТО:

1) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

2) повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан;

3) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

4) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

5) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней для различных возрастных групп населения:

I ступень: 1 - 2 классы (6 - 8 лет);

II ступень: 3 - 4 классы (9 - 10 лет);

III ступень: 5 - 6 классы (11 - 12 лет);

IV ступень: 7 - 9 классы (13 - 15 лет);

V ступень: 10 - 11 классы, среднее профессиональное образование (16 - 17 лет);

VI ступень: 18 - 29 лет;

VII ступень: 30 - 39 лет;

VIII ступень: 40 - 49 лет;

IX ступень: 50 – 59 лет;

X ступень: 60 – 69 лет;

XI ступень: 70 лет и старше.

Комплекс ГТО состоит из следующих частей:

1. Первая часть (нормативно-тестирующая) предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности населения на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса ГТО;

2. Вторая часть (спортивная) направлена на привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

Нормативно-тестирующая часть Комплекса ГТО состоит из трех основных разделов:

- 1) виды испытаний (тесты) и нормативные требования;
- 2) оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- 3) рекомендации к недельному двигательному режиму.

Виды испытаний (тесты) и нормативные требования включают:

- виды испытаний (тесты), позволяющие определить развитие физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков граждан;

- нормативы, позволяющие оценить уровень развития физических качеств в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека, представленные в государственных требованиях к физической подготовленности населения Российской Федерации.

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

Обязательные испытания (тесты) в соответствии со степенями:

1. Испытания (тесты) на развитие быстроты.
2. Испытания (тесты) на определение развития скоростных возможностей.
3. Испытания (тесты) на определение развития выносливости.
4. Испытания (тесты) на определение скоростно-силовых возможностей.
5. Испытания (тесты) на определение развития силы и силовой выносливости.
6. Испытания (тесты) на развитие гибкости.

Испытания (тесты) по выбору в соответствии со степенями:

1. Испытания (тесты) на развитие координационных способностей.
2. Испытания (тесты) на овладение прикладным навыком.

Виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс ГТО, выполняются в соответствии с методическими рекомендациями по выполнению видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс ГТО. Испытания (тесты) на силу, быстроту, выносливость и гибкость являются обязательными для получения знаков отличия Комплекса ГТО. Выполнение видов испытаний (тестов), направленных на овладение прикладными навыками и развитие координационных способностей, осуществляется по выбору.

Виды испытаний (тесты) и нормативы Комплекса ГТО, государственные требования к ним, требования к оценке знаний и умений, а также порядок организации и проведения тестирования всех групп населения утверждаются федеральным органом исполнительной власти,

осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования и федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включает проверку знаний и умений по следующим разделам:

- влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;
- гигиена занятий физической культурой;
- основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;
- основы методики самостоятельных занятий;
- основы истории развития физической культуры и спорта;
- овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

Рекомендации к недельному двигательному режиму предусматривают минимальный объем различных видов двигательной активности, необходимый для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм Комплекса ГТО. Раздел разработан в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к условиям организации обучения в образовательных организациях и процессу трудовой деятельности.

Спортивная часть Комплекса ГТО включает разрядные требования для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс ГТО.

Нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных разрядов и спортивных званий по видам многоборий Комплекса ГТО, утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

Порядок организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» утвержден Министерством спорта РФ.

К выполнению нормативов Комплекса ГТО допускаются лица, относящиеся к различным группам здоровья, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов диспансеризации или медицинского осмотра.

Перечень видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс ГТО, и порядок оценки выполнения нормативов лицами, отнесенными по состоянию здоровья к подготовительной или специальной медицинским группам, утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Исходя из разнообразия природно-климатических, материально-технических и иных условий, субъекты Российской Федерации вправе дополнительно включить в Комплекс ГТО на региональном уровне два вида испытаний (тестов), в том числе по национальным, а также наиболее популярным в молодежной среде видам спорта, по своему усмотрению.

Комплекс предусматривает три уровня трудности (золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия Комплекса ГТО).

Лица, выполнившие нормативы Комплекса ГТО, имеют право на получение соответствующего знака отличия Комплекса ГТО, образец и описание которого утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации

государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

Лица, имеющие спортивные звания и спортивные разряды не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы Комплекса ГТО, соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком отличия Комплекса ГТО.

Порядок награждения граждан знаками отличия Комплекса ГТО и присвоения им спортивных разрядов, утверждается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

Поступающие на обучение по образовательным программам высшего образования вправе представлять сведения о своих индивидуальных достижениях по физической культуре и спорту, результаты которых учитываются этими образовательными организациями при приеме в соответствии с Порядком приема граждан на обучение по программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры.

Координацию деятельности по организации введения Комплекса ГТО осуществляет федеральный орган исполнительной власти, осуществляющий функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, органы исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации и органы местного самоуправления.

Ресурсное обеспечение апробации, внедрения и реализации Комплекса ГТО осуществляется заинтересованными федеральными органами исполнительной власти в пределах бюджетных ассигнований, предусмотренных им в федеральном бюджете на соответствующий финансовый год и плановый период.

Финансовое обеспечение Комплекса ГТО также может осуществляться за счет внебюджетных источников.

Научный руководитель Института развития образования НИУ ВШЭ Исаак Фрумин считает, что нормы ГТО необходимо интегрировать напрямую в уроки физической культуры. В данном случае необходимо включить нормативы ГТО в школьную программу физического развития.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что быть значкистом ГТО престижно и модно. Быть сильным, красивым и быстрым мечтают многие юные граждане России, и в этом им поможет комплекс «Готов к труду и обороне».

За идеей ГТО лежит результативность физического воспитания, а следовательно и повышение показателей массового спорта России.

2.2. Внедрение ВФСК «ГТО» в НИУ «БелГУ»

Белгородская область вошла в число 12 субъектов Российской Федерации, утвержденных приказом Министерства спорта в качестве пилотных регионов по внедрению ВФСК «ГТО» в 2015 году.[42]

НИУ «БелГУ» активно включился в реализацию проекта ГТО в нашей области. НИУ «БелГУ» имеет в своей структуре Педагогический институт и факультет физической культуры. С 3 ноября 2014 года до 31 декабря 2015 года между Управлением физической культуры и спорта Белгородской области и Педагогическим институтом НИУ «БелГУ» было заключено соглашение о научно-методическом обеспечении внедрения ВФСК ГТО в Белгородской области.

За это время НИУ «БелГУ» был организован обучающий семинар для специалистов, реализующих внедрение ВФСК ГТО в Белгородской области. Неоднократно проводились курсы повышения квалификации по программе «Организация и проведение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Слушателями курсов были как специалисты в области физической культуры из Белгородской области, так и из других регионов России. В общей

сложности в рамках курсов повышения квалификации на базе НИУ «БелГУ» обучение по особенностям внедрения мероприятий комплекса ГТО прошло около 400 человек.

В целях исполнения Указа Президента Российской Федерации от 24.03.2014 года №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»[37], Постановления Правительства Белгородской области от 04.08.2014 года «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО 26 февраля 2015 года в нашем университете был издан приказ «Об организации работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в НИУ «БелГУ»».

В данном приказе отражены основные разделы, реализация которых позволит привлечь максимальное количество участников к выполнению нормативов комплекса ГТО. Надо отметить, что данный приказ затрагивает множество структурных подразделений университета. Это кафедра физического воспитания и факультет физической культуры, управление информатизации, поликлиника, административно-хозяйственная часть, бухгалтерия и др.

30 июня 2015 года приказом Ректора утверждено Положение о мерах поощрения обучающихся и работников НИУ «БелГУ», показавших высокие результаты при выполнении испытаний ВФСК ГТО.

В 2015 году в мероприятиях комплекса ГТО в нашем университете приняло участие 4310 человек, из которых 4188 человек – студенты, 122 человека - преподаватели и сотрудники. Надо отметить, что выполнение нормативов ГТО происходило в тестовом режиме. Знаками отличия не были награждены, но выполнившие нормативы на золотой знак (таких было 17 человек) были награждены Почетными грамотами ректора на ежегодном спортивном празднике. Студентам, выполнившим нормативы на золотой знак, в течение семестра выплачивалась повышенная стипендия.

С 2016 года официально внедряется комплекс ГТО в образовательных организациях высшего образования РФ. В первом полугодии 2016 года в мероприятиях ГТО в нашем университете приняло участие 2548 студентов и 437 работников (преподаватели и сотрудники выполняли нормативы в тестовом режиме).

В 2016/17 учебном году в тестировании приняли участие 3844 студентов и 565 работников.

Для эффективного внедрения комплекса ГТО в ВУЗе требуется взаимодействие многих структурных подразделений университета, в НИУ «БелГУ» была проведена активная работа по созданию в структуре университета центра тестирования ВФСК ГТО НИУ «БелГУ», который был создан приказом ректора. С 1 октября 2016 года в вузе функционирует Центр тестирования ВФСК ГТО студентов и работников НИУ «БелГУ». Одной из задач центра тестирования является координация деятельности всех структур, от которых зависит эффективность внедрения комплекса ГТО. При создании центра тестирования необходимо предусмотреть материальное стимулирование его работников, определить объем работ центра, в который обязательно должны входить такие задачи как:

- осуществление тестирования студентов, преподавателей и сотрудников ВУЗа по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

- ведение учета результатов тестирования участников, формирование протоколов выполнения нормативов комплекса ГТО, оценка выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Работа центра по подготовке к проведению тестирования начинается с разработки матрицы коллективной заявки. Наиболее целесообразно формировать заявку в одном листе в формате Excel, куда можно будет вносить и юношей и девушек различных ступеней. Далее в эту коллективную заявку будут вноситься результаты испытаний. Единая заявка позволит в любой момент, практически в режиме он-лайн, обрабатывать информацию по

количеству участников в разрезе университета, института, факультета, курса, группы и т.д. Данная информация позволит заместителям директоров (деканов) по социально-воспитательной работе вносить коррективы в организацию студентов для участия в мероприятиях комплекса ГТО. Например, можно отследить студентов, не прошедших медицинский осмотр, и согласовать с поликлиникой график дополнительно осмотра.

До сбора заявок невозможно знать предполагаемое количество участников тестирования в рамках комплекса ГТО. Поэтому информация сообщается заместителям директоров (деканов) по социально-воспитательной работе о плане проведения тестирования без сообщения конкретных дат. Например, центр тестирования информируем о том, что начинают выполнять нормативы студенты первого и второго курсов, что в течение определенного месяца будет прием определенных нормативов. После проведения собрания информация о мероприятиях комплекса ГТО размещается на официальном сайте ВУЗа в разделе «объявления» и на специальной страничке, посвященной комплексу ГТО.

После сбора заявок от факультетов (заявку каждый студент может подать и лично) формируются заявки для медицинского допуска студентов к тестированию. Учитывая то обстоятельство, что поликлиника НИУ «БелГУ» в течение сентября-октября проводит обследование студентов 1-го курса, формируются заявки в разрезе факультетов, в которые включаются только первокурсники. Далее, по мере проведения планового медицинского осмотра студентов 2-го курса, формируются новые заявки для медицинского допуска. После чего, для желающих участвовать в тестировании нормативов ГТО, разрабатывается график прохождения дополнительного осмотра.

Только после сбора информации о медицинском допуске составляется график проведения тестирования, в котором указываются конкретные факультеты, сроки и место тестирования, нормативы, которые предстоит выполнить.

В настоящее время в нашем университете прием нормативов начинается с выполнения всех обязательных нормативов. Прием бега на 100 метров и на 2 (3) км происходит на улице на стадионе. Прием остальных нормативов (гибкость, силовые нормативы) в зависимости от погоды принимаются либо на улице, либо в спортивном комплексе. Также с обязательными нормативами предлагается выполнить прыжок в длину с места и поднимание туловища из положения лежа на спине (для девушек и юношей V ступени). Данный набор тестов определяется тем, что другие нормативы по выбору будут выполняться вдали от спортивного зала или спортивной площадки. Так, например, кросс и метание спортивного снаряда выполняется на грунтовом покрытии, плавание в бассейне, а стрельба в тире.

Проведение тестирования требует квалифицированной работы судей. В НИУ «БелГУ» судейство осуществляют преподаватели факультета физической культуры. Среди них судьи 2-й, 1-й и Всероссийской категории по видам спорта, входящим в комплекс ГТО. Надо отметить, что работа преподавателей в качестве судей на мероприятиях комплекса ГТО в НИУ «БелГУ» оплачивается в соответствии с приказом ректора.

Опыт тестирования показывает, что эффективное судейство невозможно осуществить без привлечения волонтеров. В нашем университете к этой деятельности широко привлекаются студенты факультета физической культуры. На некоторых видах количество волонтеров значительно превышает количество судей-преподавателей.

Учитывая, что участие в мероприятиях ГТО должно осуществляться на добровольной основе, необходимо стимулировать положительное отношение студентов и преподавателей к комплексу. Одним из средств мотивации к участию является личный пример преподавателей, кураторов. В нашем университете преподаватели поощряются баллами в системе рейтингования. Студенты, за участие в мероприятиях комплекса ГТО поощряются баллами по предмету «физическая культура». Студенты, успешно выполнившие

нормативы на знак, претендуют на зачет «автоматом» по дисциплине «физическая культура».

В университете постоянно ищутся пути оптимизации внедрения комплекса ГТО.

В феврале 2017 года стартовал первый фестиваль ГТО в НИУ «БелГУ». Фестиваль проходил в два этапа. Первый – состязания внутри институтов и факультетов, второй – лучшие спортсмены отстаивают честь своих факультетов и институтов.

Внедрение мероприятий комплекса ГТО в рамках фестиваля положительно отразилось на массовости участия, что отражено в Приложение № 7. Так, в течение февраля и марта 2017 года, приняли участие только в стрельбе более 1000 студентов. В педагогическом институте по инициативе руководства 2 марта был организован «день гибкости», в рамках которого в один день в мероприятиях комплекса ГТО приняли участие более 300 студентов. Около 150 человек приняли участие в лыжных гонках. На данный момент во всех институтах (факультетах) прошли дни здоровья, основным видом деятельности на которых было выполнение нормативов комплекса ГТО.

Как видно из приложение № 8 первое место по вовлеченности студентов в мероприятия комплекса ГТО у Юридического института – 46 %. На втором месте Педагогический институт – 42 %.

Вовлеченность преподавателей и сотрудников в мероприятия комплекса в разрезе институтов и факультетов представлена в Приложение № 9.

2 этап фестиваля - соревнования между институтами (факультетами) прошел 18 мая 2017 года в УСК С.Хоркиной. Студенты соревновались в 13 испытаниях комплекса ГТО. Состав команды от каждого института (факультета) – 57 человек (27 юношей, 30 девушек). Всего во втором этапе фестиваля приняли участие более 600 студентов, представляющие 12 команд. По итогам фестиваля первое место у Педагогического института, второе

место – Юридический институт. Третье место поделили Институт инженерных технологий и естественных наук и Медицинский институт.

В настоящее время на сайте университета создан информационный ресурс Центра тестирования ВФСК ГТО НИУ «БелГУ» с горячей ссылкой «Фестиваль ГТО». На этом ресурсе оперативно отображается вся информация по внедрению комплекса ГТО.

17 мая 2017 состоялся 1-й Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся и работников НИУ «БелГУ». Большую помощь при организации фестиваля оказал Центр социального развития. В процессе подготовки было проведено тестирование всех студентов, отнесенных к лицам с ограниченными возможностями здоровья. Из 140 участников тестирования 37 человек изъявили желание принять испытания в тестировании. В итоге 18 человек прошли медосмотр и были допущены к определенным испытаниям. Был проведен опрос в соцсетях спортсменов-волонтеров, желающих участвовать в фестивале. В итоге соревновались 18 команд по 2 человека в каждой (первый с ограниченными возможностями, второй – спортсмен). Организацию и судейство обеспечивали преподаватели и студенты факультета физической культуры. По итогам все победители и призеры были награждены грамотами и медалями, все участники памятными призами и пирогами. Можно сказать, что первый опыт проведения фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья оказался удачным. Есть предложение сделать это мероприятие традиционным, возможно расширив географию участников.

2.3. Проблемы и перспективы внедрения ВФСК ГТО в НИУ «БелГУ»

В качестве проблем внедрения ВФСК ГТО в НИУ «БелГУ» можно выделить следующие:

1. Вовлечение студентов в участие во ВФСК «ГТО»

Данная проблема заключается в низкой посещаемости студентов из-за недостатка мотивации.

Для решения этой проблемы предусматриваются формы поощрения студентов успешно выполнивших нормативы и требования комплекса в виде:

- вручаются удостоверения и знаки соответствующих ступеней согласно утвержденным образцам;
- почетной грамотой НИУ «БелГУ»;
- благодарственным письмом родителям;
- ценным подарком, абонементом на бесплатное посещение спортивных и оздоровительных объектов НИУ «БелГУ».

Проведение различных фестивалей поможет увеличить массовость студентов.

2. Медицинский допуск к тестированию.

Проблема заключается в перегруженности поликлиники, это связано с большим количеством желающих, принять участие в выполнении нормативов комплекса ГТО. Для решения этой проблемы, центром тестирования и главным врачом поликлиники ведется работа по оптимизации прохождения медицинского осмотра.

3. Материально-техническая база.

Проблема является в недостаточном количестве инвентаря, в несоответствии стадиона, норматив – бег на 100 метров выполняется в манеже, где приходится бежать по виражу. Укрепление материально технической базы повысит пропускную способность наших спортивных объектов при тестировании. В планах решения проблемы стоит приобретение

гирь, винтовок, расширение лыжной базы, обновление и пополнение инвентаря для организации туристических походов.

4. Наглядная агитация в университете.

На данном этапе наглядная пропаганда ВФСК «ГТО» развита не на должном уровне. Для повышения уровня агитации нужно:

- на каждом факультете создать уголок ВФСК «ГТО». Где будет размещена информация о самом комплексе ГТО;
- распространять по институтам, факультетам различные баннеры, буклеты и другие информационные источники о комплексе ГТО;
- задействовать интернет-ресурс университета;
- информирование обучающихся о мероприятиях проведения комплекса ГТО через университетское радиовещание.

5. Проблемы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для лиц с ограниченными возможностями.

Для лиц с ограниченными возможностями только разрабатываются рекомендации тестирования нормативов ГТО. На данном этапе для лиц относящихся к первой и второй подгруппам выполнение нормативов комплекса доступно в экспериментальном режиме на территории «пилотных» регионов страны, перечень которых в ближайшее время определит Департамент развития физической культуры и массового спорта Минспорта России.

С целью популяризации физической культуры среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья следует ежегодно проводить на базе НИУ «БелГУ» фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для данной категории (с участием команд других учебных заведений г. Белгорода и региона).

ВЫВОДЫ

1. Изучив историю возникновения Всесоюзного комплекса «Готов к труду и обороне», рассмотрев описание и характерные особенности норм и требований комплекса ГТО мы можем сделать вывод, что история комплекса ГТО показывает, что процесс физического совершенствования невозможен без постоянного процесса корректировки системы критериев, позволяющих оценить как качество педагогического процесса, так и степень развития двигательных возможностей человека и его физического состояния в целом на каждом этапе возрастного развития с учетом постоянно изменяющихся требований трудовой и военной деятельности.

Поэтому цель возрождения комплекса ГТО - попытка привить каждому человеку, а в особенности юным школьникам привычку к здоровому образу жизни и массовому спорту, чтобы вместо компьютерных игр ребята шли на стадионы.

2. В ходе исследования выявили цели, задачи и структуру нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Цель комплекса «ГТО» – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Задачи:

- а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в РФ;
- б) повышение уровня физической подготовленности населения;
- в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом совершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий;

д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях.

Структура – состоит из 11 ступеней и разделенная по возрастным группам. Виды испытаний подразделяются на обязательные и испытания по выбору.

3. В процессе рассмотрения вопроса о становлении ВФСК «ГТО» в НИУ «БелГУ» мы выявили, что для эффективного внедрения комплекса ГТО в ВУЗе требуется взаимодействие многих структурных подразделений университета, в НИУ «БелГУ» была проведена активная работа по созданию в структуре университета центра тестирования ВФСК ГТО НИУ «БелГУ», который был создан приказом ректора.

Внедрение комплекса в университете началось после приказа ректора от 26.02.2015 года «Об организации работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в НИУ «БелГУ».

На первом этапе в 2015 году в мероприятиях комплекса ГТО приняло участие 4310 человек, из которых 4188 – студенты, 122 человека – преподаватели и работники. Выполнение нормативов проходило в тестовом режиме.

С учебного года 2016/17 выполнение нормативов комплекса года происходят на официальной основе. В 2016/17 учебном году в тестировании приняло 3844 студентов и 565 работников и преподавателей.

4. В ходе работы были выявлены следующие проблемы и перспективы внедрения: вовлечение студентов в участия во ВФСК «ГТО»; медицинский допуск к тестированию; материально-техническая база; наглядная агитация в университете; проблемы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса для лиц с ограниченными возможностями.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2014. – 138 с.
2. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса. - Минск, 1990. - 559 с.
3. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1987 -64 с.
4. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1989. 432 с.
5. Балужвили А.А. О подготовке к сдаче норм комплекса ГТО в группах здоровья. Тезисы Всесоюз, науч.-практич. конф. по Всесоюз. физк. комплексу "Готов к труду и обороне СССР". - М.,1974, С.131-132.
6. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека (методологические, экологические и организационные аспекты) // Теория и практика физической культуры. 1990. -№1. - С.20-26.
7. Бальсевич В.К. Основные положения Концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы спортивно-оздоровительную воспитания детей, подростков и молодежи России // Теория и практика физической культуры. 2002. - №3. - С.43-47.
8. Белов В.И. Психология здоровья. — М., 1994.
9. Белова С.Н. Формирование ценностного отношения девочек-подростков: Дис. . канд. пед. наук. -М., 2006. 176 с.
10. Бехтерев В.М. Личность и условия ее развития и здоровья. Избранные труды по психологии личности. Т.2. СПб., 1999. - 426 с.
11. Бодалев А.А. Личность и общение. — М.: Педагогика, 1983. 210 с.
12. Богословский В.П. Сборник инструктивно-методических материалов по физическому воспитанию. — М. , 1984. 197 с.
13. Брехман И.И. Валеология — наука о здоровье. — М., 1990.- 344 с.

14. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Академия, 2002.- 240с.
15. Вершловский С. Г. Общее образование взрослых: стимулы и мотивы. М., 1987.- 197 с.
16. Всесоюзный физкультурный комплекс "Готов - к Труд и Обороне СССР" (ГТО). М.:ФизС, 1976. - 40 с.
17. Герасимов К.Е. Основы физической культуры. Методика и организация проведения самостоятельных занятий по физической культуре. М., МГУИЭ, 2006.- 90 с.
18. Государственная программа Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта" на 2013 – 2020 годы.
19. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 ноября 2012 г. № 2148.
20. Готов к Труд и Обороне СССР". М.,1974, с.24-27.
21. Зайцев Г.К., Колбанов В.В., Колесникова М.Г. Педагогика здоровья: образовательные программы по валеологии. СПб., 1994. - 78 с.
22. Значки ГТО, Единой всесоюзной спортивной классификации и спортивных судей // Спортивная атрибутика: Альбом /Сост. В. Кудряшов, худож. И.Петрович. — 2-е, исправленное. — М.: Физкультура и спорт, 1978. — С. 17. — 84 с.
23. Кондратов А. М., Здоровье - в движении!— Л.: Лениздат, 1985.— 78 с.
24. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. — М., 1998. 198 с.
25. Лазуитова М.Н., Казина Э.М. Здоровье. Личность. Образование. — Кемерово, 1996.-231 с.
26. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. 1997. С.76-81.

27.Методика воспитательной работы: Учеб.пособие для студ. высш. пед. заведений /Л.А.Байкова, Л.К.Гребенкина, О.В.Еремкина и др. Под ред. В.А.Сластенина. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 144 с.

28. Методические рекомендации по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Одобрены на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) протоколом № 1 от 23.07.2014 пункт II/1 Одобрены на заседаниях Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28.05.2014 и 27.08.2014.

29.Образование и здоровое развитие учащихся: Материалы Всероссийского Форума с международным участием. Москва, 2005. 4.111. - М.: Ключ-С, 2005. - 232 с.

30.Педагогика и психология здоровья / Под ред. Смирнова Н.К. Ростов н/Д, 1997.-76 с.

31.Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. — М.: Политиздат, 1982. — 255 с.

32.Пидкасистый П.И. Педагогика: Учебное пособие. -М., 1995. 328 с.

33.Платонова Т.В. Система комплексного воздействия методик здорового образа жизни в интересах физического и психического здоровья человека. Дис. .канд.пед. наук. СПб, 2003. - 184 с.

34.Подласый И.П. Педагогика: Учебник. М.: Просвещение: Гуманит. изд. Центр: ВЛАДОС, 1996. 432 с

35.Пономарева Г.В. Прогнозирование изменений подготовленности учащихся/ «Итоги научной и научно-методической работы школ». Тула, 1995. -С. 36.

36.Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. — М., 1998. - 204 с.

37. Уваров В.А., Зуев С.Н., Кудрявцев В.В. О некоторых формах работы по комплексу ГТО.- В кн.: Вопросы теории и практики физической культуры и спорта: Материалы итоговой научной конференции ВНИИФК за 1974 г. М., 1976, с.27-28.

38. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)".

39. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

40. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений: Приказ Минобрнауки России от 4 октября 2010 г. № 986, зарегистрированы в Минюсте России 3 февраля 2011 г., регистрационный номер 19682.

41. http://otherreferats.allbest.ru/sport/00317874_0.html

42. <http://gto-normativy.ru/12-regionov-gto/>

**I ступень — «Смелые и ловкие» — для мальчиков
и девочек 10-11 и 12-13 лет**

N п/п	Виды упражнений	Мальчики				Девочки			
		10-11 лет		12-13 лет		10-11 лет		12-13 лет	
		на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок
1.	Бег								
	30 м (сек.)	5,8	5,2	-	-	6,0	5,4	-	-
	60 м (сек.)	-	-	10,0	9,2	-	-	10,2	9,6
2.	Прыжок в длину (см)	310	340	340	380	260	300	300	350
3.	Прыжок в высоту (см)	95	105	105	115	85	95	100	110
4.	Метание теннисного мяча(м)	30	35	35	40	20	23	23	26
5.	Плавание без учета времени (м)	25	-	50	-	25	-	50	-
	50 м (мин., сек.)	-	1.20	-	1.05	-	1.30	-	1.15
6.	Бег на лыжах								
	1 км (мин., сек.)	8.00	7.30	-	-	8.30	8.00	-	-
	2 км (мин., сек.)	-	-	14.00	13.00	-	-	16.30	15.30
	В бесснежных районах:								
	Езда на велосипеде 5 км (мин.)	16	15	15	14	19	18	18	17
	или Кросс без учета времени (м)	500	1000	1000	1500	300	500	500	1000
7.	Подтягивание на перекладине (количество)	3	5	5	7	-	-	-	-

раз)									
Лазание по канату с помощью ног (м, см)	-	-	-	-	2.50	2.80	2.80	3.50	

Примечание. На золотой значок необходимо выполнить не менее 5 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, а 2 нормы на уровне требований, установленных для серебряного значка.

Упражнения по выбору для сдающих на золотой значок (в возрасте 10-11 лет необходимо сдать 2 любых вида, в возрасте 12-13 лет — 3 вида).

Приложение № 2

N п/п	Виды упражнений	Мальчики				Девочки			
		10-11 лет		12-13 лет		10-11 лет		12-13 лет	
		на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок
1.	Полоса препятствий 80 м	-	4 препятствия	-	5 препятствий	-	3 препятствия	-	4 препятствия
2.	Гимнастическое многоборье	-	троеборье	-	четыреборье	-	двоеборье	-	троеборье
3.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	-	5-6 км	-	выполнить требования на значок «Юный турист»	-	5-6 км	-	выполнить требования на значок «Юный турист»
4.	Стрельба	-	-	-	выполнить требования на значок «Юный стрелок»	-	-	-	выполнить требования на значок «Юный стрелок»
5.	Бег на простых коньках 100 м (сек.)	-	20	-	18	-	22	-	20
6.	Участие в соревнованиях по спортивным	-	5	-	8	-	5	-	8

	м играм (количество игр)								
--	--------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Приложение № 3

II ступень — «Спортивная смена» — для подростков 14-15 лет

N п/п	Виды упражнений	Мальчики		Девочки	
		на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок
1.	Бег 60 м (сек.)	9,2	8,4	10,0	9,4
2.	Кросс				
	300 м (мин., сек.)	-	-	1.00	0.55
	500 м (мин., сек.)	1.45	1.30	-	-
	или				
	Бег на простых коньках 300 м (мин., сек.)	0.58	0.50	1.05	1.00
3.	Прыжок в длину (см)	390	450	310	360
	или				
	Прыжок в высоту (см)	120	130	105	110
4.	Метание теннисного мяча (м)	38	46	25	30
5.	Лыжные гонки				
	2 км (мин.)	-	-	15	14
	3 км (мин., сек.)	17.30	16.30	-	-
	В бесснежных районах:				
	Марш-бросок				
	1 км (мин., сек.)	-	-	5.20	5.00
	2 км (мин.)	10	9	-	-
	или				
	Велокросс				
5 км (мин.)	-	-	15	14	
10 км (мин.)	28	26	-	-	
6.	Плавание 50 м (мин., сек.)	1.00	0.50	1.10	1.00
7.	Подтягивание на перекладине, (количество раз)	6	8	-	-
	или				
	Подъем из виса в упор переворотом или силой	2	3	-	-
	Сгибание и разгибание рук, лежа в упоре на гимнастической скамейке (количество раз)	-	-	8	10
8.	Туристский поход с проверкой туристских	12	16	12	16

	навыков (км)				
9.	Спортивный разряд (по любому виду спорта)	-	II-III юношеский	-	II-III юношеский

Примечание. На золотой значок необходимо выполнить не менее 6 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, а 2 нормы на уровне требований, установленных для серебряного значка (исключая 9 норму).

Приложение № 4

III ступень — «Сила и мужество» — для юношей и девушек

16-18 лет

N п/п	Виды упражнений	Юноши		Девушки	
		на серебряный значок	на золотой значок	на серебряный значок	на золотой значок
1.	Бег 100 м (сек.)	14,2	13,5	16,2	15,4
2.	Кросс				
	500 м (мин., сек.)	-	-	2.00	1.50
	1000 м (мин., сек.)	3.30	3.20	-	-
	или Бег на простых коньках 500 м (мин., сек.)	1.25	1.15	1.30	1.20
3.	Прыжок в длину (см)	440	480	340	375
	или				
	Прыжок в высоту (см)	125	135	105	115
4.	Метание гранаты весом				
	500 г (м)	-	-	21	25
	700 г (м)	35	40	-	-
	или				
	Толкание ядра весом	-	-		
	4 кг (м, см)			6.00	6.80
5.	5 кг (м)	8	10	-	-
	Лыжные гонки				
	3 км (мин.)	-	-	20	18
	5 км (мин.)	27	25	-	-
	или				
	10 км (мин.)	57	52	-	-
	В бесснежных районах:				
	Марш-бросок				
	3 км (мин.)	-	-	20	18
	6 км (мин.)	35	32	-	-
или					

	Велосипедный кросс				
	10 км (мин.)	-	-	30	27
	20 км (мин.)	50	46	-	-
6.	Плавание 100 м (мин., сек.)	2.00	1.45	2.15	2.00
7.	Подтягивание на перекладине (количество раз)	8	12	-	-
	или				
	Подъем из виса в упор переворотом или силой (количество раз)	3	4	-	-
	Сгибание и разгибание рук, лежа в упоре на гимнастической скамейке (количество раз)	-	-	10	12
8.	Стрельба из малокалиберной винтовки				
	на 25 м (очки)	33	40	30	37
	или				
	на 50 м (очки)	30	37	27	34
	или				
	Стрельба из боевого оружия — начальное упражнение по программе начальной военной подготовки	удовлетворительно	хорошо	удовлетворительно	хорошо
9.	Туристский поход с проверкой туристских навыков и ориентированием на местности	1 поход на 20 км или 2 похода по 12 км	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км	1 поход на 20 км или 2 похода по 12 км	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км
10.	Спортивный разряд по:				
	а) автомобильному, водномоторному, мотоциклетному, планерному, парашютному, самолетному, вертолетному, подводному спорту, морскому многоборью, биатлону, современному пятиборью, пулевой стрельбе, радиоспорту, ориентированию, борьбе (все виды), боксу	-	III	-	III
	б) любому другому виду спорта	-	II	-	II

Примечание. На золотой значок необходимо выполнить не менее 7 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, а 2 нормы

на уровне требований, установленных для серебряного значка (исключая 10 норму). Девушкам, прошедшим обучение по программе подготовки сандружинниц, засчитывается сдача 10 норм на золотой значок.

Приложение № 5

IV ступень — «Физическое совершенство» — для мужчин 19-39 лет и женщин 19-34 лет

Виды упражнений	Мужчины				Женщины			
	19-28 лет		29-39 лет		19-28 лет		29-34 года	
	на серебряны й значок	на золото й значок	на серебряны й значок	на золото й значок	на серебряны й значок	на золото й значок	на серебряны й значок	на золото й значок
Бег 100 м (сек.)	14,0	13,0	15,0	14,0	16,0	15,2	17,0	16,0
Кросс								
500 м (мин., сек.)	-	-	-	-	2.00	1.45	2.10	2.00
или								
1000 м (мин., сек.)	3.20	3.10	3.45	3.30	4.30	4.10	5.00	4.30
или								
3000 м (мин., сек.)	11.00	10.30	11.30	11.00	-	-	-	-
Прыжок								
в высоту (см)	130	145	125	130	110	120	105	110
или								
в длину (см)	460	500	400	460	350	380	320	350
Метание гранаты весом								
500 г (м)	-	-	-	-	23	27	20	23
700 г (м)	40	47	35	40	-	-	-	-
или								
Толкание ядра весом								
4 кг (м, см)	-	-	-	-	6.50	7.50	6.20	6.50
7257 г (м, см)	7.50	9.00	6.50	7.50	-	-	-	-
Лыжные гонки								
3 км (мин.)	-	-	-	-	19	17	21	19
или								
5 км (мин.)	25	24	30	26	35	33	38	35
или								
10 км (мин.)	54	50	-	-	-	-	-	-

В беснежных районах:								
Марш-бросок								
3 км (мин.)	-	-	-	-	19	17	21	19
6 км (мин.)	36	33	38	36	-	-	-	-
или								
Велосипедный кросс								
10 км (мин.)	-	-	-	-	28	25	30	27
20 км (мин.)	46	43	48	46	-	-	-	-
Плавание 100 м (мин., сек.)	2.05	1.50	2.15	2.05	2.20	2.00	2.30	2.20
Подтягивание на перекладине (количество раз)								
собственный вес до 70 кг	9	13	6	9	-	-	-	-
собственный вес 70 кг и больше	7	11	4	7	-	-	-	-
или								
Толчок штанги от груди (в процентах от собственного веса)								
собственный вес до 70 кг	55	75	50	55	-	-	-	-
собственный вес 70 кг и больше	65	85	60	65	-	-	-	-
или								
Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на гимнастической скамейке (количество раз)	-	-	12	14	12	14	8	10
или								
Поднимание и опускание туловища в положении лежа, руки за	-	-	-	-	40	50	30	40

голову, ноги закреплены (количество раз)								
Стрельба из малокалиберной винтовки								
на 25 м (очки)	37	43	35	37	37	43	35	37
или								
на 50 м (очки)	34	40	34	40	-	-	-	-
или								
Стрельба из боевого оружия								
на 100 м (очки)	70	75	60	65	-	-	-	-
Туристский поход с проверкой туристских навыков	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км	1 поход на 30 км или 2 похода по 20 км	1 поход на 20 км или 2 похода по 12 км	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км	1 поход на 30 км или 2 похода по 20 км	1 поход на 20 км или 2 похода по 12 км	1 поход на 25 км или 2 похода по 15 км
Спортивный разряд по любому виду спорта	-	II	-	-	-	II	-	-

Примечания:

1. На золотой значок необходимо выполнить не менее 7 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, а 2 нормы на уровне требований, установленных для серебряного значка (исключая 10 норму).

2. На золотой значок с отличием необходимо выполнить все требования и нормы на золотой значок и иметь один первый разряд или два вторых разряда.

Приложение № 6

V ступень — «Бодрость и здоровье» — для мужчин 40-60 лет и женщин 35-55 лет

N п/п	Виды упражнений	Мужчины		Женщины	
		40-49 лет	50-60 лет	35-44 года	45-55 лет

1	Бег 60 м (сек.)	12,0	-	12,8	-
	Ускоренная ходьба				
	200 м (мин., сек.)	-	-	-	1.20
	400 м (мин., сек.)	-	2.50	-	-
2	Кросс				
	300 м (мин., сек.)	-	-	1.25	-
	800 м (мин., сек.)	3.15	-	-	-
	или Легкий бег (мин.)	20	15	10	8
3	Прыжок в длину с места (см)	190	170	150	130
4	Метание гранаты весом				
	500 г (м)	-	-	18	-
	700 г (м)	32	-	-	-
	или				
	Толкание ядра весом				
	4 кг (м, см)	-	-	5.50	-
	7257 г (м, см)	6.20	-	-	-
Толкание набивного мяча весом 2 кг (м)	-	8	-	6	
5	Ходьба на лыжах				
	2 км (мин.)	-	-	18	без учета времени
	5 км (мин.)	35	без учета времени	-	-
	В бесснежных районах:				
	Смешанное передвижение (ходьба-бег)				
	3 км (мин.)	-	-	25	без учета времени
	5 км (мин.)	40	без учета времени	-	-
	или				
	Езда на велосипеде				
	5 км (мин.)	-	-	20	-
10 км (мин.)	40	-	-	-	
6	Плавание без учета времени (м)	100	50	100	50
7	Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на гимнастической скамейке (количество раз)	10	8	6	4
8	Стрельба из малокалиберной винтовки на 25 м (очки)	34	-	-	-
9	Туристский поход (км)	20	10	20	10

Приложение № 7

Результативность участия студентов, преподавателей и сотрудников в мероприятиях комплекса ГТО в НИУ «БелГУ»

	Количество участников 2015 год	Количество участников с января по июнь 2016	Количество участников с сентября по декабрь 2016	Количество участников с января по июнь 2017	золото	серебро	бронза
Студенты	4188	2548	887	2957	50	27	33
Преподаватели и сотрудники	122	437	342	223	41	7	7
Всего	4310	2985	1229	3180	91	24	40

Приложение № 8

Вовлеченность студентов в мероприятия комплекса в 2016-17 уч. году

Институт (факультет)	Количество принявших участие с сентября по декабрь 2016	Количество принявших участие в 2017 всего	Количество принявших участие всего	Количество обучающихся очной формы	% участия
Институт педагогический	295	881	960	2301	42%
ФФК	102	204	219	325	
ФП	21	83	86	298	
ФМиЕО	29	81	91	294	
ИньЯЗ	24	148	151	424	
ФДНиСО	41	176	194	446	
ИФФ	78	189	219	514	
Институт юридический	115	387	470	1022	46%
Институт управления	114	294	349	1087	32%
Социально-теологический факультет	23	69	78	297	26%
Факультет горного дела и природопользования	14	139	132	365	36%
Факультет журналистики	9	53	90	293	31%
Факультет СПО		33	41	185	22%
Институт экономики	51	271	204	764	27%
Институт межкультурной коммуникации и международных отношений	36	63	91	711	13%
Институт инженерных технологий и естественных наук	105	288	362	1191	30%
Медицинский институт	125	479	622	3894	16%
направление "Фармация"	1	53	58		
направление "Стоматология"	31	123	146		
направление "Лечебное дело"	1	220	243		
Медицинский колледж	92	83	175	1285	14%
Итого	887	2957	3399	12110	28%

**Вовлеченность преподавателей и сотрудников
в мероприятия комплекса в 2016-17 уч. году**

Институт (факультет)	Количество принявших участие с сентября по декабрь 2016	Количество принявших участие в 2017 всего
Институт инженерных технологий и естественных наук	6	3
Институт межкультурной коммуникации и международных отношений	23	46
Институт педагогический	107	59
Дирекция	2	2
Факультет психологии	8	2
Кафедра педагогики	3	2
Историко-филологический факультет	8	3
Факультет дошкольного, начального и специального образования	18	10
Факультет иностранных языков	7	2
Факультет математики и естественнонаучного образования	10	7
Факультет физической культуры	51	31
Институт Управления	19	44
Институт экономики	36	20
Институт юридический	53	4
Медицинский институт	31	11
Медицинский колледж	21	3
Факультет лечебного дела и педиатрии	0	0
Факультет стоматологический	2	1
Фармацевтическое направление	7	7
Кафедра фармацевтической химии и фармакогнозии	0	0
Социально - теологический	11	6
Факультет журналистики	13	6
Другие сотрудники	44	24
ИТОГО	342	223