

ГТО КАК ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Галимова Лианара Наилевна

студент, Оренбургский государственный медицинский университет, РФ, г. Оренбург

Культелеева Жанара Агнаевна

ассистент, Оренбургский государственный медицинский университет, РФ, г. Оренбург

В последние годы все ярче проявляется тенденция к ухудшению здоровья, физического развития и физической подготовки среди студентов различных высших учреждений; растет число студентов, состоящих в специальной группе или освобожденных от занятий физической культурой.

И не удивительно, что сегодня, спустя два десятилетия от распада СССР, достигнутые в то время наработки по физическому развитию и воспитанию молодежи, снова становятся актуальными. Внедрение спортивной пропаганды нужно снова возрождать среди населения, в частности молодежи. Правда, с некоторыми коррективами на современность.

Конечно, сегодняшняя ситуация в мире несколько отличается от той, которая была при СССР, но развитие здоровой физически и морально нации никогда не будет лишним для любой, даже самой технологически продвинутой страны. Поэтому частичный возврат к нормам ГТО на уроках физкультуры достаточно эффективный прием подготовить молодёжь для жизни в непростых условиях современного мира, научить мыслить нестандартно, принимать различные решения в условиях, когда найти правильный путь оказывается весьма проблематично. Ведь эффективность этой системы подготовки уже была проверена ранее на поколении наших родителей и показала весьма неплохой результат.

Оздоровление студентов проводится средствами физических воспитаний, как одними из самых доступных и основных методов оздоровления. ГТО была взята в качестве основы для построения учебной программы.

Еще в 1929 году во всех высших учебных заведениях нашей страны было введено физическое воспитание как один из основных пунктов обучения. Занятия физической культурой проводились по учебным программам и были обязательны для всех студентов. Для оценки были установлены нормативные показатели. Для оценки эффективности получаемых знаний в области физической культуры студентов наряду со знаниями теоретического раздела, были введены испытания, которые выявляли уровень подготовки каждого студента. В 1931 году был введен комплекс ГТО, который просуществовал до 1990 года по 1990(1)г. и включал в себя 21 норматив, в соответствии с которыми оценивалась физическая подготовленность студентов.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Возродили Комплекс ГТО в 2014 году по приказу Президента РФ Владимира Путина, с целью дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения. Несмотря на то, что преследовалась немного иная цель, нежели в советские времена, было решено сохранить название комплекса как дань уважения традициям минувших поколений.

Современный комплекс ГТО состоит из одиннадцати ступеней в соответствии с возрастными группами, включающих население в возрасте от 6 до 70 лет и старше. В новом комплексе ГТО предусмотрены как обязательные задания, так и испытания по выбору. Так же есть возможность проявить себя в национальных видах спорта

Одно из преимуществ современного комплекса, это его интерактивная форма и применение поощрительных наград, а так же распространенность по всей территории России. Однако комплекс ГТО имеет и свои недостатки, среди которых проявляется слабая материально-техническая база, нехватка соответствующих кадров и сама система поощрений. К тому же, немалый процент студентов имеет различные хронические заболевания и физические недостатки, в следствие чего есть необходимость расширить базу нормативов, ибо высокие требования могут лишь ухудшить ситуацию. Другим обстоятельством является то, что система не предусматривает участия лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалиды, которые так же являются студентами высших учебных заведений.

Вовлеченность данных групп учащихся в физкультурно-спортивное движение страны является наиболее точным индикатором уровня физической подготовки всей России на современном этапе ее социально-экономического развития.

Программа ГТО для лиц с отклонениями в состоянии здоровья должна соответствовать таковой для здоровых, но с учетом специфики заболевания и уровня двигательных ограничений.

Одно из необходимых условий это применение навыков, полученных при сдачи нормативов, а так же их использование в дальнейшей профессиональной деятельности. Существенное замечание было замечено со стороны общественников: «Сами по себе знак отличия ГТО и присвоенный спортивный разряд несут определенную ценность, однако не предоставляют получателю каких-либо преимуществ. Представляется, что для достижения целей комплекса ГТО необходимо законодательно определить дифференцированные преференции для граждан, получивших знаки отличия ГТО и спортивные разряды». Действительно, можно было бы применить довольно-таки различные бонусы для отличившихся. К примеру, такие бонусы как надбавка к стипендии, различные льготы или же просто небольшие материальные выплаты. Еще одним важным условием является то, что данный комплекс популярен среди студентов и молодежи. И действительно радует, что спорт и ГТО привлекает и интересует молодежь все больше. Для того, чтобы данный комплекс продолжал завлекать все больше людей, необходимо пропагандировать и интересовать различными способами граждан, например проводить небольшие агитационные кампании, различные мастер-классы и мероприятия. Отдельным инструментом в повышении популяризации данного комплекса может стать включение в него новых спортивных движений, которые охватывают на данный момент широкий спектр молодежи. Для наглядности можно рассмотреть такое одно из самых популярных и динамично развивающихся направлений молодежных культур, как Street Workout (Стрит Воркаут). Воркаут – это выполнение различных гимнастических упражнений на турнике, брусьях и других снарядах, которые вы сможете найти во дворе. Самое распространенное упражнение – подтягивание. Существуют десятки вариантов его выполнения. Для популяризации street workout и других направлений в массы, стоит устанавливать в городе больше спортивных площадок со свободным посещением, где люди могли бы заниматься спортом в свободное от учебы и работы время. Тренировки на открытых площадках могли бы дать хороший пример подрастающему поколению, тем самым осуществляя принцип преемственности. Ведь главная образовательная задача физического воспитания – это формирование физической культуры личности обучающегося, включая физические качества, двигательные навыки, техническую подготовку, мотивацию и ценностное отношение, знания в области физической культуры, личный опыт, способность к самооценке и самосознанию.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что именно в настоящее время тема возрождения комплекса «ГТО» как никогда актуальна, поскольку содержит нормативную основу физического воспитания студенческой молодежи и является критерием определения уровня физической подготовленности. Однако мало просто возродить комплекс «ГТО», следует его улучшать и развивать, так, чтобы со временем все больше и больше людей поддерживали когда-то забытые традиции ГТО. Современная модель, установленная приказом президента

Российской Федерации в 2014 году, все еще недостаточно развита и продумана. Надеемся, что данная идея единой подготовки студентов и остальных слоев населения не потеряет своей популярности и будет улучшать их физическую культуру личности, формировать духовно-нравственное и патриотическое воспитание.

Список литературы:

1. Дугнист П.Я., Романова Е.В. Мотивация молодежи к занятиям физической культурой и спортом // Мат-лы VI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием «Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма» (Нижневартовск, 17-18 марта 2016 г.). – Нижневартовск: Нижневартовский гос. ун-т, 2016. – 164 с.
2. История развития ГТО в России // Инфоурок [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://infourok.ru/istoriya-razvitiya-gto-v-rossii-1481600.html> (дата обращения: 20.04.18).
3. Курамшин Ю.Ф. Комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов: история создания и развития / Ю.Ф. Курамшин, Р.М. Гадельшин // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 7. – 9 с.