

Егорова Алина Михайловна

студентка

Научный руководитель

Власенко Светлана Юрьевна

магистр, старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

ЗНАЧЕНИЕ КОМПЛЕКСА ВФСК ГТО В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Аннотация: в статье раскрывается значение комплекса ГТО в современном обществе. Акцентируется внимание на формировании у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, улучшении состояния здоровья населения и создании условий для увеличения количества участников движения ГТО.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, комплекс ГТО, значок ГТО, физическое воспитание, ВФСК ГТО, физическая подготовка, здоровый образ жизни.

В наше время здоровый образ жизни все чаще становится приоритетной целью для человека. Развитие электроники и интернета, в частности, породило множество новых «сидячих работ», что в свою очередь привело к резкому снижению физической активности населения, особенно среди молодёжи.

Автор пособий по физической культуре А.А. Бишаева говорит следующее: «С ростом развития общества люди начали двигаться меньше, тем самым развивая сидячий образ жизни. Физическая активность резко упала, как и состояние здоровья населения. Многие люди забывают о понятии «физическая активность», вследствие чего имеют проблемы со здоровьем.» [3, с. 78].

Российский ученый Н.М. Гатина также высказала мнение, что большая часть физических упражнений напрямую влияет на здоровье человека. Анализ

воздействия спорта на жизнедеятельность организма позволяет выработать методику, связанную с улучшением и укреплением здоровья человека, что увеличивает количество долгожителей [4].

Именно поэтому, в целях повышения общего состояния здоровья нации, решения демографических проблем в стране, крайне важно введение в действие Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Первоочередная цель создания этого комплекса – формирование единой основы для различных программ физического развития для различных групп населения, а также развитие чувства гражданской ответственности.

В советский период была принята первая программа «Готов к труду и обороне», которая состояла из одной ступени, в которую входила ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, управление трактором или автомобилем [7].

Нормы ГТО сдавали повсеместно: в деревнях и сёлах, городах и посёлках городского типа.

ГТО прошлого поддерживало здоровье нации и стимулировало народ к занятиям спортом, что, в свою очередь, повышало его боеспособность и трудоспособность [1, с. 72–76].

По поручению Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО, который 11 марта 1931 года после общественного обсуждения был утверждён и стал нормативной основой системы физического воспитания для всей страны [3].

По мере того, как физическая подготовка советских граждан улучшалась, менялись и ужесточались требования и те, кто их выполнял, награждались значком.

В 1940 году вступил в действие комплекс, в котором были как обязательные дисциплины, так и испытания по выбору.

Комплекс ГТО просуществовал до 1991 года. Единая стройная система физической подготовки была разрушена вместе с распадом СССР.

Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне

(ГТО)» комплекс ВСФК ГТО вступил в силу, но с внесёнными изменениями, с учётом уровня развития нашего общества [6].

Сегодня комплекс ГТО – это программная и нормативная основа физического воспитания населения. Он внедряется с целью увеличить количество людей, которое будет заниматься спортом, а также увеличить продолжительность жизни населения нашей страны. Выполнение нормативов комплекса ГТО поможет привить молодёжи любовь к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни.

Испытания по выполнению нормативов ГТО разделены на обязательные и по выбору. Участникам испытаний предоставлено право выбрать пять испытаний для сдачи. Нормативы испытаний ФВСК ГТО по сравнению с советским ГТО, несколько снижены. В испытаниях по сдаче нормативов ГТО принимают участие также и пожилые люди.

Основные задачи ФВСК ГТО:

- определение уровня физической подготовленности учащихся, владение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности;
- организация массового физкультурно-спортивного досуга учащихся;
- пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
- повышение интереса молодёжи к развитию физических и волевых качеств, готовности к труду и защите Родины [2].

Современный комплекс ВФСК ГТО основывается на принципах:

- добровольности и доступности;
- оздоровительной и личностно-ориентированной направленности;
- обязательности медицинского контроля;
- учёта региональных особенностей и национальных традиций [6, с. 2].

Также у молодёжи появилась возможность проявить себя в различных видах спорта. Наличие значка ГТО учитывается при поступлении в вузы, а студентам, имеющим золотой знак отличия, может быть назначена повышенная стипендия.

В марте 2021 года на базе факультета физической культуры Тихоокеанского государственного университета прошла Всероссийская научно-практическая

конференция «Современные вызовы и перспективы развития физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности».

Инициатором проведения конференции выступила кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности Педагогического института ТОГУ.

В конференции приняли участие специалисты в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности, и студенты высших учебных заведений России [8].

На конференции были приведены Статистические данные о реализации комплекса ГТО в динамике за последние 5 лет на территории города Хабаровск, представлены Министерством физической культуры и спорта Хабаровского края (№2-ГТО).

В проведенном исследовании были определены темпы роста числа участников, сдавших нормативы на знаки, определенные настоящим комплексом, результат достиг в 33,5 раза.

За весь исследуемый интервал времени, явные скачки наблюдались в период с 2015 по 2017 год (в 21,4 раза), с 2018 по 2019 год (1,7 раз). За весь период реализации комплекса, подъема числа участников выполнивших норматив на знаки ГТО вырос на 33,7 раза. Данному росту в целом преимущественно повлияли школьники 2 ступени (9–10 лет) и 4 ступени (13–15 лет).

В 2023 году Хабаровский край был признан лучшим регионом на Дальнем Востоке по реализации физкультурно-спортивного комплекса ГТО, а также занял 20 место среди всех субъектов Российской Федерации.

Главное изменение за эти годы, что уровень соревнований, атлетов, даже совсем маленького возраста стал выше. Все это говорит о хорошей подготовке к ВФСК ГТО в Хабаровском крае.

Организаторы проекта ВФСК ГТО считают возрождение комплекса ГТО принципиально важным. Так как его возрождение в наше время – важный шаг в физическом воспитании молодого поколения.

Таким образом, комплекс ВФСК ГТО играет важную роль в современном обществе, способствуя физическому развитию граждан, патриотическому воспитанию, социальной интеграции и улучшению общего состояния здоровья населения. В условиях глобальных вызовов и быстрого темпа жизни необходимость в таких инициативах становится особенно актуальной. Программа ГТО имеет потенциал для формирования здоровой и гармонично развитой нации, что должно стать приоритетом для государственных и общественных организаций.

Список литературы

1. Современное образование: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей VI Международной научно-практической конференции / под общ. ред. Г.Ю. Гуляева. – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2017. – 142 с.
2. Мавропуло О.С. Социально-правовые аспекты инклюзивного физического воспитания / О.С. Мавропуло, Д.Н. Архипова, Е.С. Планидин // Инновации: спортивная наука и практика: 11 Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (Дивноморское, 26 сентября – 02 октября 2016 г.). Дивноморское, 2016. – С. 99–103. – EDN XAQCSCV
3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник / А.А. Бишаева, А.А. Малков. – М.: КноРус, 2020. – 311 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://book.ru/book/932717> (дата обращения: 18.11.2024).
4. Гатина Н.М. Влияние лечебной физкультуры на здоровье человека / Н.М. Гатина // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – С. 47–49. – EDN NBСMNB
5. Архипова Д.Н. Социально-правовое регулирование физической рекреации / Д.Н. Архипова, Е.С. Планидин, О.С. Мавропуло // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – №5–2. – С. 181–182. – EDN WCADCF
6. Постановление Правительства РФ «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (с изменениями и дополнениями) от 11 июня 2014 г. №540.

7. Мавропуло О.С. Здоровье как составляющая профессионального образования / О.С. Мавропуло, Д.Н. Архипова, Е.С. Планидин // Особенности государственного регулирования внешнеторговой деятельности в современных условиях: материалы III всероссийской научно-практической конференции: в 2 частях (Ростов-на-Дону, 17–18 ноября 2016 г.). – Ростов н/Д., 2016. – С. 288–292. – EDN XAQCDF

8. Современные вызовы и перспективы развития физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности: сборник научных трудов подготовлен по материалам Всероссийской научно-практической конференции (Хабаровск, 16–17 марта 2021 г.). – Хабаровск, 2021.