(cc) BY

Грязнов Сергей Александрович
канд. пед. наук, доцент, декан
ФКОУ ВО «Самарский юридический
институт ФСИН России»
г. Самара, Самарская область

АКТУАЛЬНОСТЬ ГТО В РОССИИ

Аннотация*: статья посвящена возрождению комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), являющегося национальным проектом – крайне важным шагом к укреплению здоровья граждан нашей страны. Автор определяет цели и задачи комплекса, поясняет алгоритм получения знака ГТО.*

Ключевые слова*: ГТО, спорт, физическая культура, здоровье, знак отличия.*

В связи с существенным снижением уровня физической подготовленности граждан страны и особенно подрастающего поколения, ухудшением состояния здоровья, приобщением существенной части населения страны к вредным и пагубным привычкам с 2014 года в России возрождается комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), который ведет свою историю с 1931 года и являлся обязательным для всех советских граждан, но с конца 80-х годов – упразднен.

Сегодня комплекс ГТО стал важным механизмом развития массового физкультурно-спортивного движения и служит неотъемлемым элементом системы укрепления здоровья населения. Однако статус знака ГТО еще низок и необходимо повышать его значимость и, соответственно, заинтересованность граждан в участии в реализации его норм.

Обновленный комплекс включает в себя 11 ступеней среди всех возрастных категорий граждан – от 6 до 70 лет и старше. Чтобы стать участником Всероссийского движения по физической культуре и спорту, необходимо зарегистрироваться на сайте ГТО и ознакомиться с правилами и нормативами, которые необходимо соблюсти. При этом неважно, где и в каких условиях проводится физподготовка, самостоятельно, в тренажерном зале или в секции. Сдача норм

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

является добровольной, а не обязательной и доступна всем категориям граждан, независимо от социального статуса, профессии, возраста, пола.

Пять шагов, чтобы получить знак ГТО:

– зайти на сайт ГТО и зарегистрироваться;

– заполнить заявку;

– получить медицинскую справку, что вам разрешены физические испытания;

– пройти теоретический тест (20 вопрос по спортивной тематике);

– пройти физические испытания.

Цели и задачи ГТО носят исключительно позитивный характер и направлены на улучшение жизни граждан и населения в целом. Можно с уверенностью сказать, что ГТО – это движение, направленное на развитие массового спорта и улучшение здоровья нации. Исходя из этого выделяются следующие цели и задачи ГТО:

– повышение уровня здоровья нации;

– увеличение числа граждан, систематически практикующих физкультуру;

– увеличение продолжительности жизни граждан России;

– обучение населения здоровому образу жизни;

– модернизация и совершенствование системы физического воспитания;

– толчок к развитию массового спорта школьников и студентов в стране;

– увеличение числа спортивных клубов и организаций физкультуры.

Сдача комплекса – это прохождение испытаний обязательного и выборочного списка. Среди необходимых испытаний: бег на длинные и короткие дистанции, подтягивания, отжимания. Среди дополнительных – возможность проверить свою координацию, выносливость, силу и другие навыки. Кроме того, существуют различные стандарты ГТО для мужчин и женщин [1].

Развитию физической культуры и спорта посвящен федеральный проект «Спорт – норма жизни», который входит в национальный проект «Демография». Основное внимание в проекте уделяется формированию устойчивой потребности каждого гражданина страны сохранять здоровье и оставаться активным как

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

можно дольше; цифровизации спортивных услуг и объектов; совершенствованию системы соревнований; обеспечению квалифицированным персоналом; физкультурно-спортивному процессу на открытых пространствах; городской инфраструктуре; школам и вузам [2].

Для вовлечения в мир физкультуры и спорта нужно выстроить систему мотивации населения, активизировать спортивно-массовую работу, в том числе вовлечения в подготовку и выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Комплекс ГТО является надежным помощником в формировании здоровой спортивной нации, которая уже доказала свою эффективность в течение шести лет после возрождения. Ведется активная работа по мотивации участников движения ГТО и повышению престижа проекта. Например, абитуриентам вузов предоставляются бонусы при поступлении, студентам – дополнительная стипендия, на некоторых предприятиях выдают премии и дополнительные дни отпуска.

Еще одно отличие от нынешнего комплекса заключается в том, что те, кто сдал нормы ГТО, получают не значки, а знаки. Знаки ГТО – бронза, серебро и золото, соответствующие трем видам сложности, к ним прилагаются официальные документы, подтверждающие получение той или иной степени. Знак отличия выдается после успешного прохождения необходимого количества видов испытаний нормативов (тестов) в рамках возрастной категории. Испытательный центр организует награждение знаками отличия в конце каждого календарного квартала, после чего издается приказ регионального исполнительного органа в области физической культуры и спорта о награждении серебряными и бронзовыми нагрудными знаками ГТО, а также приказ Министерства спорта России о награждении ВФСК золотыми нагрудными знаками ГТО. Процедура оформления документов и изготовления знаков занимает 2–3 месяца. В 2020 году (по итогам тестирования октября 2019 года) золотые знаки отличия получили 279 707 человек.

Факультеты физической культуры вузов, спортивные клубы вузов и руководство заинтересованы в реализации программы комплекса ГТО. Участвуя в

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

этом процессе, университет повышает свой рейтинг в конкурсах вузов страны, становится более престижным, получает гранты для закрепления успехов и дальнейшего развития в области физической культуры. Организаторы проекта ГТО считают, что возрождение комплекса в учебных заведениях имеет решающее значение для формирования у молодого поколения целеустремленности и уверенности в себе.

Как привлечь молодых людей к участию в движении ГТО? В настоящее время внедрение комплекса активно осуществляется через фестивали – это яркие, красочные и запоминающиеся события.

Рис. 1. Испытания ГТО

В частности, в Москве открылась регистрация на зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Он пройдет в Олимпийском центре имени братьев Знаменских 1 февраля 2021 года. На фестивале можно будет посетить мастер-классы и сдать стандарты ГТО. Физический и спортивный комплекс включает в себя такие дисциплины, как бег на

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

различные дистанции, подъем туловища, прыжки в длину, отжимания, стрельба, рывок гири и другие. Схема испытаний зимнего комплекса ГТО представлена на рисунке 1 [3].

Для чего молодежи участие в ГТО? Ответ на этот вопрос для каждого может быть разным. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский значок ГТО. Кто-то хочет попытаться достичь определенного результата и проверить свою волю и настойчивость. А кто-то привык быть первым в учебе и спорте. Однако у всех, кто добровольно решил пройти тест комплекса ГТО, есть одна общие качества – решительность и целеустремленность. Они являются самыми важными для молодого поколения XXI века. Только мотивированные и физически подготовленные люди смогут преуспеть на высококонкурентном рынке труда.

Здоровье, сильная и гармонично развитая фигура, гибкость, сила и ловкость – самые очевидные преимущества, которые человек получает от занятий спортом. Знак ГТО является подтверждением уровня его физического развития, показателем активной жизненной позиции гражданина Российской Федерации.

Полное возвращение комплекса ГТО требует времени и определенных социальных факторов, но сегодня его приветствуют большинство россиян. Здоровье населения имеет первостепенное значение, и его приоритет должен поддерживаться государством на регулярной основе.

Список литературы

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труд и обороне» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.gto.ru/ (дата обращения: 16.08.2020).

2. Спорт – норма жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://norma.sport/ (дата обращения: 16.08.2020).

3. Официальный сайт мэра Москвы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.mos.ru/news/item/68488073/ (дата обращения: 16.08.2020).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)