

**Департамент физической культуры и спорта
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
Автономное профессиональное образовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Югорский колледж-интернат олимпийского резерва»
Региональный центр тестирования
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

**III межрегиональная
научно-практическая конференция**

**«ПОВСЕМЕСТНОЕ ВНЕДРЕНИЕ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
СРЕДИ ВСЕХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ»**

14–15 декабря 2017 г.
г. Ханты-Мансийск

УДК 796
ББК 75.4
О 62

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Коротков Геннадий Викторович, представитель регионального центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
Фатеева Римма Валентиновна, начальник регионального центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

О 62 **Повсеместное внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения:** материалы III межрегиональной научно-практической конференции. – Ханты-Мансийск: ООО «Печатный мир г. Ханты-Мансийск», 2017. – 138 с.

В сборнике представлены материалы научно-практической конференции, посвященные актуальным вопросам внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре. В материалах специалистов школьных, средних и высших учебных образовательных учреждений, специалистов центров тестирования ВФСВ «Готов к труду и обороне» представлены результаты опыта работы, поиска решения возникших проблем перед работниками образовательных организаций, центров тестирования по реализации требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Материалы сборника могут быть полезны научно-педагогическим работникам, организаторам спортивно-массовой и оздоровительной работы по месту жительства, руководителям спортивных организаций, преподавателям образовательных учреждений, руководителям муниципальных центров тестирования всероссийского комплекса ГТО и другим заинтересованным лицам.

© Автономное профессиональное образовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва», 2017

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	11
СЕКЦИЯ 1.	
РЕГИОНАЛЬНЫЙ И МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО	12
Итоги трехлетнего периода развития комплекса «Готов к труду и обороне» в Югре – директор Депспорта Югры Игорь Васильевич Губкин	12
Методико-практическое обеспечение процесса выполнения норм комплекса ГТО в образовательных организациях Югры – заместитель директора – начальник управления молодежной политики, дополнительного образования детей Департамента образования и молодежной политики автономного округа Геннадий Михайлович Забайкин	20
Об организации медицинского сопровождения выполнения нормативов всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории ХМАО – Югры – к.м.н., заместитель главного врача БУ ХМАО – Югры «Клинический врачебно- физкультурный диспансер», главный внештатный специалист Департамента здравоохранения Югры Наталья Валерьевна Толстикова	23
Об итогах реализации плана мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на период 2014–2017 годов в Челябинской области – директор Дирекции спортивно-массовых мероприятий и ВФСК ГТО Челябинской области Александр Сергеевич Беленков	29
Год ГТО в Курганской области – начальник регионального центра тестирования Курганской области всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» Эдуард Владимирович Алексеев	38

СЕКЦИЯ 2.

ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В ОРГАНИЗАЦИЯХ РАЗЛИЧНОГО ТИПА НА ТЕРРИТОРИИ ХМАО – ЮГРЫ 43

**Деятельность внедрения комплекса ГТО на примере
регионального центра тестирования ХМАО – Югры –
начальник регионального центра тестирования ВФСК
«Готов к труду и обороне» Римма Валентиновна Фатеева..... 43**

**Опыт внедрения комплекса ГТО в организациях
различного типа на примере города Урая – начальник
управления по физической культуре, спорту и туризму
г. Урая Вадим Викторович Архипов 47**

**Опыт внедрения комплекса ГТО в организациях
различного типа на примере города Ханты-Мансийска –
начальник управления по физической культуре, спорту
и туризму г. Ханты-Мансийска Андрей Владимирович Корчак..... 58**

**Мотивация населения при внедрении комплекса
«Готов к труду и обороне» – начальник центра
тестирования МБУ Центр физической подготовки
«Надежда», г. Сургут, Ольга Николаевна Гразно 64**

**Проблемы организационного характера в реализации
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в районах
Крайнего Севера – заведующий отделом спорта Комитета
по культуре и спорту администрации Березовского района
Анастасия Федоровна Макарова..... 69**

**Опыт работы с трудовыми коллективами города Сургута
по выполнению нормативов комплекса ГТО – МБУ центр
физической подготовки «Надежда», г. Сургут,
Светлана Александровна Юнг 73**

**Проблемы тестирования лиц с ограниченными
возможностями здоровья в рамках ВФСК «Готов к труду
и обороне» – начальник отдела физкультурно-массовой
работы БУ ХМАО – Югры «Центр адаптивного спорта»
Валентина Сергеевна Сивкова..... 77**

**Оценка уровня физической подготовленности детей
с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов
ВФСК «Готов к труду и обороне» – БУ ВО ХМАО – Югры
«Сургутский государственный педагогический университет»,
г. Сургут, А.Ю. Дронь, В.В. Чистова..... 80**

СЕКЦИЯ 3.

ПОДГОТОВКА УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ТРЕБОВАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО 87

Модель организации работы центров тестирования населения в рамках внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» – специалист регионального центра тестирования АПОУ ХМАО – Югры «ЮКИОР» Геннадий Викторович Коротков..... 87

Мониторинг физической подготовленности детей дошкольного возраста на основе результатов выполнения испытаний комплекса ГТО – А.В. Фурсов, кандидат педагогических наук, доцент; Н.И. Синявский, доктор педагогических наук, профессор; А.В. Петракова, студентка факультета ФКиС БУ «Сургутский государственный педагогический университет» 94

Оценка физической подготовленности школьников по нормативам ВФСК «Готов к труду и обороне» – А.В. Фурсов, кандидат педагогических наук, доцент; Н.И. Синявский, доктор педагогических наук, профессор; С.С. Воронцов, магистрант факультета ФКиС; З.И. Омарова, магистрант факультета ФКиС БУ «Сургутский государственный педагогический университет» .. 100

Отношение студентов высших учебных заведений к участию в выполнении нормативов комплекса ВФСК «ГТО» – Н.И. Синявский, доктор педагогических наук, профессор; А.В. Фурсов, кандидат педагогических наук, доцент; Н.Н. Герега, преподаватель кафедры физ. воспитания, аспирант; О.Н. Кизаев, преподаватель кафедры физ. воспитания, аспирант БУ «Сургутский государственный педагогический университет» 109

Пути решения сохранения работоспособности мужчин 2-го зрелого возраста (35–45 лет) с помощью комплекса упражнений при подготовке к выполнению нормативов комплекса ГТО – специалист регионального центра тестирования АПОУ ХМАО – Югры «ЮКИОР» Максим Сергеевич Константинов..... 117

По тропе здоровья к знаку ГТО
(туристический поход) – преподаватель
Ханты-Мансийского технолого-педагогического
колледжа Василий Дмитриевич Беженарь..... 123

Подготовка школьников к выполнению испытаний
комплекса ВФСК «ГТО» в разделе «Стрельба
из пневматической винтовки и электронного оружия» –
Владимир Анатольевич Земцов, МБУ СОШ № 4;
Татьяна Александровна Крестьянникова,
МАУ ДО ДЮСШ «Факел», г. Радужный 131



Дорогие участники конференции!

Я рад приветствовать вас на столь важном для массового спорта в округе событии!

Каждый из вас является настоящим мастером и знатоком своего дела, и все мы придерживаемся одной общей идеи – при работе в спортивной сфере необходимо придерживаться системности в работе, которая является основным рычагом для закрепления результатов и их улучшения.

Привлечение людей в массовый спорт сегодня является одной из приоритетных задач государственной политики, так как это способствует укреплению здоровья нации, популяризации здорового образа жизни среди населения. Возрождение комплекса ГТО в России было вызвано необходимостью развития доступности массового спорта для людей разного возраста и разного состояния здоровья, в том числе и для людей с инвалидностью. И по итогам третьего, завершающего этапа внедрения комплекса ГТО мы видим, что поставленные задачи были выполнены.

Конечно, говоря о развитии ГТО в Югре, нельзя обойти стороной тему укрепления спортивной инфраструктуры общеобразовательных школ. При помощи Министерства спорта и выделяемых субсидий удалось приобрести новый спортивный инвентарь и оборудование, которого не всегда было достаточно. Нельзя не отметить, что дополнительные преференции для выпускников, получивших знак отличия ГТО, при поступлении в вузы стали большим стимулом для молодёжи. Однако на это не нужно останавливаться, впереди нас ждет большой фронт работы.

Год близится к концу, а вместе с этим подвоятся итоги масштабных спортивных мероприятий по внедрению и популяризации комплекса ГТО. До нынешнего года выполнение нормативов

комплекса было доступно лишь обучающимся образовательных организаций, однако за прошедшее с начала 2017 года время, комплекс ГТО занял достойное место в календаре спортивных событий округа и завоевал заслуженную популярность у представителей всех поколений югорчан, от мала до велика.

Пройдя третий этап внедрения комплекс ГТО не оставил никого равнодушным, сумев привлечь в свои ряды школьников, именитых спортсменов, пенсионеров и политиков.

Я убежден, что государство должно поддерживать тех, кто стремится к здоровому образу жизни. И зная многих из вас, я уверен в успехе!

Спасибо за ваш труд во благо российской нации!

**С уважением,
Эдуард Владимирович Исаков,
член Совета Федерации,
посол ВФСК ГТО**



Уважаемые коллеги!

Уважаемые участники III Международной научно-практической конференции «Повсеместное внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения».

От всей души поздравляю вас с началом Международной научно-практической конференции, на которой предстоит обсудить результаты проведенной работы, перспективы и пути дальнейшего внедрения комплекса ГТО.

Возрождение комплекса продемонстрировало внимание Президента, Правительства России к физическому воспитанию россиян, развитию массового спорта. Уже первые годы внедрения показали интерес жителей самого различного возраста к выполнению норм ГТО. Ярko эта тенденция проявилась в организации работы по внедрению комплекса в образовательных учреждениях. Особо хочу отметить прекрасные выступления школьников Югры на Всероссийских фестивалях.

Теперь всем нам предстоит реализовать новый этап внедрения комплекса среди всех категорий населения.

Коллеги, я желаю вам плодотворной работы и убежден в том, что на этой научно-практической конференции будет прекрасная возможность обменяться опытом работы, обсудить возникающие проблемы и особенности, а итоги дадут новый импульс важнейшему направлению физкультурно-спортивной деятельности.

**С уважением,
Игорь Васильевич Губкин,
директор Департамента физической культуры и спорта
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры**



Дорогие друзья!

Приветствую участников III региональной научно-практической конференции «Опыт внедрения и научно-методическое обеспечение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», которая собрала лидеров комплекса

ГТО из всех муниципальных образований Югры.

Возрождение ГТО в России связано с необходимостью развития доступности массового спорта для людей разного возраста и разного состояния здоровья. Массовый спорт – это резерв спорта высших достижений. Однако его основной задачей является укрепление здоровья нации, популяризация здорового образа жизни среди населения.

Югра является лидером среди регионов по количеству занимающихся спортом и доступности спортивных сооружений. Однако не стоит останавливаться на достигнутых результатах. Автономный округ всегда будет поддерживать тех, кто стремится к здоровому образу жизни.

Уверен, что комплекс ГТО и занятия физической культурой и спортом станут неотъемлемой частью жизни каждого гражданина и послужат мощным толчком к достижению вершин духовного и физического совершенства жителей Югры.

Желаю вам удачи и достижения новых спортивных побед!

**Алексей Анатольевич Дренин,
директор Департамента образования
и молодежной политики**

Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

ВВЕДЕНИЕ

С момента возрождения современного комплекса ГТО прошло 3 года, и за данный период была проделана существенная работа по его развитию. Так по высказыванию заместителя руководителя департамента развития физической культуры и массового спорта Минспорта РФ В.В. Бабкина (2015), «...ни одна идея в системе министерства спорта не обсуждалась так серьезно, как идея ГТО...».

Вместе с тем ВФСК ГТО еще далек от совершенства. Так, имеющиеся в настоящее время многочисленные публикации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), свидетельствуют, что современный комплекс ГТО не раз и навсегда разработанная структура, а подвижная и постоянно совершенствующаяся система.

Основной целью возрождения ГТО является популяризация спорта и увеличение числа граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни.

Комплекс ГТО постепенно приобретет значимость в молодежной среде, завоеует авторитет и у всего населения. Безусловно, личным примером должны стать знаменитые атлеты, спортсмены разных видов спорта и много других знаменитых личностей, которые будут дальше популяризировать ГТО в нашей стране.

В перспективе к 2018 году доля людей, успешно сдавших нормативы, будет составлять порядка 20%. Четверть от общего числа трудоспособного населения будет заинтересована в занятиях физкультурой по месту работы. Не останутся без внимания и люди с ограниченными способностями.

ГТО – это не просто часть культурного наследия нации, это предмет ее гордости и действенное средство приобщения молодежи к духовным традициям своего народа.

СЕКЦИЯ 1.

РЕГИОНАЛЬНЫЙ И МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО



Итоги трехлетнего периода развития комплекса «Готов к труду и обороне» в Югре

*Игорь Васильевич Губкин,
директор Депспорта Югры*

В Советском Союзе каждый третий гражданин занимался спортом или туризмом, каждый четвертый был одним из членов спортивной организации или спортивного клуба, спортивного общества. В то время успешно реализовывалась программа ГТО («Готов к труду и обороне»), поддерживаемая государством, базирующаяся на системе физической и культурной подготовки, а также патриотического воспитания населения.

После завершения зимних Олимпийских игр в Сочи в 2014 году руководство страны и руководители регионов выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате. 24 марта 2014 года Президентом Российской Федерации В.В. Путиным был подписан Указ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)». С этого момента началась большая работа по внедрению ВФСК ГТО в стране.

Указом Президента от 24.03.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО» (ГТО), Постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) определены цели, задачи, принципы, содержание, структура и методика внедрения комплекса ГТО.

Цель ВФСК ГТО – повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечении преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурной и спортом в Российской Федерации;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведение здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- 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.

Принципы:

- добровольность и доступность;
- оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- обязательность медицинского контроля;
- учет региональных особенностей и национальных традиций.

С этого началась большая работа по созданию единой структуры внедрения комплекса ГТО. В округе были приняты нормативно-правовые акты, регулирующие внедрение ВФСК ГТО:

- от 14 апреля 2014 года № 214-рг «О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного Комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре», ответственным координатором за внедрение комплекса ГТО в Югре определен Депспорта Югры;

- от 30 июля 2014 года № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на период 2014-2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

- от 07 мая 2015 года № 98-р «О проведении в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре «Единой декады ГТО» в рамках

Фестиваля Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященного 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов», распоряжением так же предусматривается создание муниципальных центров тестирования;

– от 29 мая 2017 года № 330-р «О проведении апробации по приему нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

– 15 августа 2017 года № 211-рг «О внесении изменений в приложение к распоряжению Губернатора Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30 июля 2014 года № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на период 2014–2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

– от 17 ноября 2017 года № 666-рп «О Координационном совете по вопросам развития физической культуры, массового спорта, внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

В процесс реализации комплекса ГТО вовлечены сегодня все муниципальные образования округа:

– сформированы региональный и муниципальные планы внедрения;

– определены ответственные органы исполнительной власти, контролирующие внедрение комплекса ГТО в округе;

– открыты и приступили к работе с населением региональный и муниципальные Центры тестирования.

– наделены соответствующими полномочиями физкультурно-спортивные организации, в перечень работ которых добавлена реализация комплекса ГТО (региональный и муниципальные операторы);

– реализуются программы по обучению специалистов Центров тестирования и судей по видам испытаний комплекса ГТО;

– осуществляется оснащение центров тестирования необходимым инвентарем и оборудованием;

– в единый календарный план физкультурных и спортивных мероприятий округа и муниципальных образований, включены мероприятия по оценке выполнения нормативов комплекса, а также комплексные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, в которые включены мероприятия по оценке выполнения нормативов комплекса ГТО (Зимние и Летние фестивали ВФСК ГТО и др.);

– проводятся научно-практические конференции по обобщению и распространению опыта введения ВФСК ГТО в Югре.

Для выполнения поставленных задач были созданы 26 муниципальных центров тестирования, за которыми закреплено 326 мест тестирования. Все Центры созданы на базе физкультурно-спортивных организаций с использованием имеющейся спортивной инфраструктуры.

За счет бюджета автономного округа, согласно предварительных заявок муниципальных образований, был приобретен и передан, для оснащения муниципальных центров тестирования, спортивный инвентарь и оборудование.

Хочется отметить ощутимую динамику обеспечения Центров тестирования кадрами, так в 2015 году появились 4 ставки (региональный центр тестирования), в 2016 году количество ставок увеличилось до 52, а в 2017 году количество ставок достигло 65.

Введение дополнительных ставок в Центрах тестирования, а также привлечение к работе специалистов различных физкультурно-спортивных направлений, требует подготовки и обучения кадров. Для качественной работы и организации проведения Фестивалей Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на муниципальном и региональном уровнях проводится обучение судей.

В 2016 году по исполнению соглашения между Минспортом РФ и автономным округом были проведены семинары-практикумы по теме: «Подготовка спортивных судейских бригад центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», «Организация работы

с АИС ГТО для руководителей и администраторов центров тестирования». В семинарах приняло участие более 400 человек из 22 муниципальных образований округа.

В связи с вступлением в силу новых нормативов комплекса ГТО с 1 января 2018 года, в 2017 году в округе прошли обучающие семинары для судей центров тестирования. Программа семинаров включала в себя теоретическую и практическую части с демонстрацией испытаний: самооборона без оружия и скандинавская ходьба. Повысить свой профессиональный уровень и освежить теоретические знания смогли в общей сложности 168 человек из числа судей и сотрудников муниципальных центров тестирования.

Популярность комплекса ГТО растет с каждым днем. Особый интерес и внимание уделяется проведению зимних и летних фестивалей ГТО Югре.

С 2017 года в Югре начался третий, заключительный этап внедрения комплекса ГТО в Югре. Теперь выполнить нормативы и проверить себя на готовность к труду и обороне смогли все жители округа.

Каждый год проводятся Зимний и Летний Фестивали ГТО. Зимний ограничивается двумя этапами: муниципальным и региональным, а Летний традиционно проводится в три этапа.

По результатам регионального этапа Летнего Фестиваля ежегодно формируется сборная ХМАО – Югры, в количестве 8 человек, которая принимает участие на Всероссийском этапе Летнего фестиваля ГТО среди обучающихся образовательных организаций.

Заметим, что наша команда достойно представляет округ на Всероссийском этапе Фестиваля ГТО.

Так в 2015 год в городе Белгород наша команда заняла 5 место, в 2016 году во Владимире – поднялась на 3 строчку общекомандного зачета, 1 место в «Эстафете ГТО», а Гадалина Ольга (г. Мегион) впервые заняла 1 место в личном многоборье ГТО. В 2017 году команда заняла 5 место в общекомандном зачете среди 85 субъектов и 1 место среди субъектов УрФО. В личном зачете Сахнов Александр (г. Радужный) занял 1 место среди юношей

13–15 лет. В новом виде испытания «Самооборона без оружия» Семёнов Дмитрий (г. Радужный) и Гадалина Ольга (г. Мегион) заняли 1 места.

Посол ГТО в Югре Эдуард Исаков на одной из встреч озвучил вопрос о плановом выполнении нормативов ГТО для людей с ограниченными возможностями здоровья. В 2017 году округ стал пилотным регионом по внедрению комплекса ГТО для инвалидов.

В апреле-мае 2017 года прошла апробация нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов на территории Ханты – Мансийского автономного округа – Югры, всего приняло участие 350 человек.



В стране закончился этап внедрения комплекса ГТО, но активный интерес у жителей нашей округа только возрастает.

Ежедневно наблюдается прирост югорчан, зарегистрированных на сайте ГТО.ру.

Количество зарегистрированных на сайте ВФСК ГТО (с 2015 по декабрь 2017 года) – 115 741 человек, что в соответствии с рейтингом является 18 местом по Российской Федерации и 2 местом в Уральском федеральном округе.

Количество принявших участие в выполнении нормативов ГТО (за 2015–2017 гг.) – 43 669 человека.

Всего за весь период внедрения комплекса ГТО с 2015 по 2017 год всего присвоено 12 139 знаков ГТО: золото – 3 401, серебро – 5 990, бронза – 2 748.

Целевой показатель региональной программы развития физической культуры и спорта в части внедрения комплекса ГТО «Количество выполнивших на знак отличия от общего количество принявших участие в выполнении комплекса ГТО среди обучающихся» 2016 года – (30%) достигнут.

Впереди по итогам 4 выгрузки 31 декабря 2017 года нас ждут новые приказы на «значкистов» и церемонии вручения знаков отличия различного достоинства.

В целом, приоритетными задачами следующего года являются следующие:

1. Работа координационного совета ХМАО – Югры по реализации мероприятий ВФСК ГТО;
2. Проведение окружных семинаров, конференций с привлечением судей, специалистов Центров тестирования и регионального оператора;
3. Проведение Фестивалей ГТО, мероприятий с выполнением нормативов комплекса ГТО, включенных в ЕКП;
4. Реализация мероприятий по тестированию инвалидов.

Список литературы:

1. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

2. Распоряжение губернатора ХМАО – Югры от 14 апреля 2014 года № 214-рг «О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

3. Распоряжение губернатора ХМАО – Югры от 30 июля 2014 года № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на период 2014–2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

4. Распоряжение заместителя губернатора ХМАО – Югры от 07 мая 2015 года № 98-р «О проведении в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре «Единой декады ГТО» в рамках Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященного 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов», распоряжением так же предусматривается создание муниципальных центров тестирования;

5. Распоряжение заместителя губернатора ХМАО – Югры от 29 мая 2017 года № 330-р «О проведении апробации по приему нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

6. Распоряжение губернатора ХМАО – Югры 15 августа 2017 года № 211-рг «О внесении изменений в приложение к распоряжению Губернатора Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30 июля 2014 года № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на период 2014–2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

7. Распоряжение правительства ХМАО – Югры от 17 ноября 2017 года № 666-рп «О Координационном совете по вопросам развития физической культуры, массового спорта, внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

8. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО».



Методико-практическое обеспечение процесса выполнения норм комплекса ГТО в образовательных организациях Югры

*Геннадий Михайлович Забайкин,
заместитель директора – начальник управления молодежной
политики, дополнительного образования детей Департамента
образования и молодежной политики автономного округа*

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» от 24 марта 2014 года № 172, распоряжением Губернатора автономного округа от 14 апреля 2014 года № 214-рг «О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» в образовательных организациях завершилось поэтапное внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре.

В 2014 году был издан трёхсторонний приказ между Департаментом образования и молодежной политики автономного округа, Департаментом здравоохранения автономного округа и Департаментом физической культуры и спорта автономного округа «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на период 2014–2015 годов на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры», в котором был утвержден порядок внедрения ГТО и перечень требований к уровню физической подготовленности детей, подростков и молодежи образовательных организаций Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Департаментом образования и молодежной политики автономного округа в муниципальные органы, осуществляющие управление в сфере образования были направлены методические рекомендации по механизмам учета результатов выполнения нор-

мативов ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура», разработанные федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» и федеральным государственным бюджетным учреждением «Институт возрастной физиологии Российской академии образования».

Автономным учреждением Ханты-Мансийского автономного округа – Югры дополнительного профессионального образования «Институт развития образования» в 2015 году разработаны методические материалы для работников системы образования по вопросам внедрения комплекса ГТО в образовательных организациях «Повышение роли здоровьесберегающего направления в воспитательном компоненте образовательных организаций посредством реализации физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В ноябре 2017 года автономным учреждением Ханты-Мансийского автономного округа – Югры дополнительного профессионального образования «Институт развития образования» проводились обучающие курсы для учителей физической культуры и организаторов физкультурно-спортивной работы для работы с населением по внедрению ВФСК ГТО с охватом 60 человек.

Проведение мероприятий комплекса ГТО с 2016 года осуществляется среди обучающихся всех образовательных организаций. Мероприятия комплекса ГТО включают в себя проведение зимних и летних фестивалей ГТО, проведение информационно-пропагандистских мероприятий (классные часы, массовые физкультурно-спортивные мероприятия, размещение информации на сайтах, стендах, спортивных уголках образовательных организаций, освещение процесса внедрения ВФСК «ГТО в СМИ, сети «Интернет»).

В 2017 году на территории Ханты-мансийского автономного округа – Югры:

– 280 общеобразовательных организаций, реализуют программы подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО»;

– более 170 000 обучающихся, приняли участие в пропагандистских мероприятиях, посвященных комплексу ГТО;

– более 35 000 обучающихся приняли участие в тестировании по выполнению видов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» (2015 – 16 071);

– 562 муниципальных работников системы образования, прошли повышение квалификации по вопросам внедрения ВФСК «ГТО» в образовательных организациях (2015 – 327).

Во всех образовательных организациях Ханты-Мансийского автономного округа – Югры:

– проводятся классные часы, родительские собрания по изучению целевых задач ВФСК ГТО;

– оформлены информационные уголки, стенды по внедрению ВФСК ГТО;

– включены в календарный план физкультурных и спортивных мероприятий общеобразовательных организаций мероприятия, предусматривающие выполнение видов испытаний (тестов) и нормативов ВФСК ГТО;

– на официальных сайтах созданы и периодически обновляются разделы «Готов к труду и обороне» по информированию населения о проводимых мероприятиях в части реализации поэтапного внедрения ВФСК ГТО.

Внедрение комплекса ГТО в образовательных организациях является важным фактором вовлеченности детей и молодежи к развитию физической культуры и спорта, здорового образа жизни.

Об организации медицинского сопровождения выполнения нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории ХМАО – Югры

*Наталья Валерьевна Толстикова,
к.м.н., заместитель главного врача БУ ХМАО – Югры
«Клинический врачебно-физкультурный диспансер»,
главный внештатный специалист
Департамента здравоохранения Югры*

Аннотация. Статья содержит обзор нормативных документов по допуску к выполнению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Рассмотрены вопросы кем, в каком учреждении должен даваться соответствующий допуск, сроки его действия, а также вопросы оказания медицинской помощи непосредственно при выполнении нормативов комплекса ГТО.

Ключевые слова: комплекс ГТО, допуск, медицинский осмотр, нормативные документы.

Одним из актуальных вопросов успешного внедрения и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» является его медицинское сопровождение. В Положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду обороне» [1], одним из принципов является обязательность медицинского контроля.

В соответствии с приказом Минспорта России от 28 января 2016 г. № 54 [2], основанием для допуска лица, желающего выполнить нормативы испытаний комплекса ГТО, является наличие у него медицинского заключения о допуске к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО.

Порядок медицинского осмотра лиц, желающих выполнить нормативы испытаний комплекса ГТО, определен приказом Минздрава России от 01.03.2016 г. № 134н [3].

Организаторы физкультурных мероприятий совместно с медицинскими организациями, осуществляющими организацию оказания медицинской помощи лицам, желающим выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, обеспечивают:

- допуск лиц, желающих выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, к их выполнению;
- взаимодействие медицинских организаций, участвующих в оказании скорой, в том числе скорой специализированной, первичной медико-санитарной и специализированной медицинской помощи.

Целью медицинского осмотра лица, желающего выполнить нормативы комплекса ГТО, является определение состояния здоровья и функциональной группы для допуска к указанным мероприятиям.

Медицинский осмотр лица, желающего выполнить нормативы комплекса ГТО, проводится на основании результатов диспансеризации или профилактического медицинского осмотра.

Лицам, которым по результатам диспансеризации или профилактического медицинского осмотра установлена I группа состояния здоровья либо основная медицинская группа для занятий физической культурой (I группа), врачом-терапевтом, врачом-педиатром, врачом общей практики (семейным врачом) оформляется медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов комплекса ГТО. Лицам, которым по результатам диспансеризации или профилактического медицинского осмотра установлена II или III группа состояния здоровья или подготовительная медицинская группа для занятий физической культурой (II группа), для решения вопроса о допуске к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО направляются к врачу по спортивной медицине [3], т.е. в сложных случаях именно врач по спортивной медицине определяет возможность или невозможность допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Несовершеннолетние, относящиеся к специальной медицинской группе для занятий физической культурой, к выполнению

нормативов комплекса ГТО не допускаются. Указанной категории детей рекомендованы занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам или лечебной физкультурой в медицинской организации, а также проведение регулярных самостоятельных занятий в домашних условиях по комплексам, предложенным врачом по лечебной физкультуре.

По результатам медицинского осмотра оформляется медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов комплекса ГТО либо о наличии медицинских противопоказаний к их выполнению со сроком действия не более 1 года.

При направлении коллективной заявки от образовательной организации, реализующей образовательные программы начального общего образования, образовательные программы основного общего образования, образовательные программы среднего общего образования, в которой указана информация об отнесении обучающегося к основной медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Минздрава России от 21 декабря 2012 г. № 1346н [4] медицинское заключение для допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО не требуется.

Медицинский осмотр и оформление медицинского заключения о допуске к выполнению нормативов комплекса ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре осуществляется в кабинетах (отделениях) спортивной медицины медицинских организаций, утвержденных приказом Депздрава Югры от 14.12.2016 г. № 1394 [5].

Лица, занимающиеся физической культурой и спортом и состоящие на диспансерном учете в БУ ХМАО – Югры «Клинический врачебно-физкультурный диспансер», отделении спортивной медицины медицинских организаций автономного округа, могут получить медицинское заключение от врача по спортивной медицине на основании результатов углубленных медицинских осмотров (УМО), проведенных в соответствии с приказом Минздрава России № 134н [3]. При оформлении медицинского заключения результаты медицинского осмотра могут быть учтены в течение 6 месяцев со дня его прохождения.

При решении вопроса об участии в тестировании необходимо учитывать временные противопоказания к выполнению физических упражнений [6].

Не разрешается допускать к выполнению нормативов комплекса ГТО при:

- артериальном давлении выше 140/90 мм. рт. ст.;
- наличии жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение;
- остром периоде заболевания (повышенная температура тела, озноб, катаральные явления и др.);
- травматическом повреждении органов и тканей организма (острый период): ушиб, рана, растяжение, гематома и др.;
- опасности кровотечения (носовое кровотечение в день занятия, состояние после удаления зуба, менструальный период);
- выраженном нарушении носового дыхания;
- выраженной тахикардии или брадикардии (с учетом возраст-половых нормативов).

Оказание медицинской помощи участникам выполнения нормативов комплекса ГТО проводится с целью сохранения здоровья и предупреждения травматизма. Медицинская помощь участникам оказывается силами медицинского пункта объекта спорта, на котором проводится сдача нормативов [7]. Участники не допускаются к испытаниям в случаях отсутствия медицинского заключения или при наличии заключения содержащего неполную информацию.

Оказание медицинской помощи при выполнении нормативов комплекса ГТО включает в себя оказание скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи и первичной медико-санитарной помощи участникам испытаний, зрителям, персоналу спортивных сооружений.

Оказание скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи участникам испытаний осуществляется силами выездной бригады скорой медицинской помощи. Для экстренной медицинской эвакуации спортсмена обеспечивается беспрепятственный доступ медицинских работников к месту проведения испытаний.

Оказание медицинской помощи в случае возникновения травм при проведении испытаний, проводится медицинским персоналом объекта спорта в месте получения травмы. В случае, если объем оказываемой медицинской помощи является недостаточным, или при отсутствии соответствующего эффекта при проведении медицинских мероприятий, пострадавшего доставляют в медицинский пункт объекта спорта. При необходимости пострадавший транспортируется выездной бригадой скорой медицинской помощи в медицинскую организацию для оказания ему специализированной медицинской помощи.

Все случаи оказания медицинской помощи при проведении испытаний, входящих в комплекс ГТО, регистрируются в первичной медицинской документации: в журнале регистрации медицинской помощи, оказываемой на занятиях физической культуры и спортивных мероприятиях; в извещении о спортивной травме.

Все жалобы на оказание медицинской помощи подаются в письменной форме организаторам проведения мероприятий.

Список литературы:

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 28 января 2016 г. № 54 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

3. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016 № 134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, иных

организациях для занятий физической культурой и спортом и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

4. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21 декабря 2012 г. № 1346н «О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период их обучения в них».

5. Приказ Департамента здравоохранения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 14.12.2016 г. № 1394 «Об организации медицинских осмотров (обследований) и допуска лиц к занятиям спортом на этапах спортивной подготовки, к занятиям физической культурой, массовым спортом и (или) выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры».

6. Кучма В.Р., Сухарева Л.М., Храмцов П.И., Седова А.С., Березина Н.О., Звезда И.В., Макарова А.Ю. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных учреждениях: Федеральный протокол. – М.: РОШУМЗ, 2014. – 38 с.

7. Поляев Б.А., Парастаев С.А., Дидур М.Д., Данилова-Перлей В.И., Выходец И.Т. Организация медицинского сопровождения выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: методическое пособие. – М.: РАСМИРБИ, 2014. – 7 с.

Об итогах реализации плана мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на период 2014–2017 гг. в Челябинской области

*Александр Сергеевич Беленков,
директор Дирекции спортивно-массовых
мероприятий и ВФСК ГТО Челябинской области*

В июле 2014 года Челябинская область активно приступила к реализации Указа Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», не попав в число 12 субъектов Российской Федерации, выбранных Минспортом РФ для экспериментального внедрения комплекса ГТО.

С целью реализации Указа Президента РФ Губернатором Челябинской области Б.А. Дубровским был утвержден План мероприятий по поэтапному внедрению комплекса ГТО на территории Челябинской области. План был рассчитан на 2014–2017 годы и, по аналогии с Федеральным планом, включал в себя три последовательных этапа.

С 1 января текущего года, стартовал III – заключительный этап внедрения комплекса ГТО, до завершения которого остается чуть больше месяца. И уже сейчас можно подвести итоги реализации плана.

За время внедрения комплекса ГТО в области проделана большая работа.

Так, в дополнение к федеральным нормативно-правовым актам, которых принято более 65, включая 15 методических рекомендаций, были созданы региональная и муниципальные нормативно-правовая база, сформировавшие «правовое поле» комплекса ГТО.

Количественные показатели комплекса включены Минспортом в Областной смотр-конкурс на лучшую организацию физкультурно-спортивной работы среди органов местного самоуправления, реализующих полномочия в сфере физической культуры и спорта на территории муниципальных образований Челябинской области.

Выстроена трехуровневая система внедрения комплекса.

На федеральном уровне общую координацию процесса осуществляет Минспорт России совместно с совещательным органом – Координационной комиссией и исполнительным органом – Федеральным оператором комплекса ГТО.

На региональном уровне внедрением процесса внедрения комплекса руководит Минспорт совместно с созданным Координационным советом и региональным оператором – Дирекцией.

На муниципальном уровне этими вопросами занимаются структурные подразделения ОМСУ, курирующие вопросы развития физической культуры и спорта с своими совещательными органами – Координационными Советами или комиссиями и, конечное звено в работе с населением, – Центры тестирования.

В порядке, установленном Федеральным законом и Приказами Минспорта России, в области созданы 51 центр тестирования населения, трем из которых, с целью повышения эффективности управления по территориальному признаку, был присвоено неофициальный статус зональных ЦТ. Это центры в городах Челябинск (зона – «Центр»), Магнитогорск (зона – «Юг») и Миасс («Горнозаводская зона»).

В настоящее время, к созданным изначально 47 центрам тестирования, добавились центры на базе МБУ «Спортивный город», ДС «Торпедо» и ЧРО «Динамо» в городе Челябинске, а также центр тестирования на базе ЧУДО «Металлург-спорт» в городе Магнитогорске. Причем по имеющейся в Дирекции информации центр тестирования в Магнитогорске пока единственный в стране, созданный на базе спортклуба промышленного предприятия. И менее, чем 10 региональных отделений «Динамо по всей стране, открыли на своих базах центры тестирования. Кроме того, в Челябинске запущен и начинает реализацию проект, в рамках кото-

рого в каждом районе города на базе общеобразовательных школ откроется по дополнительному месту тестирования для учащихся школ района. Если он покажет свою эффективность, будет рекомендован к использованию в остальных МО Челябинской области.

В центры тестирования комплекса ГТО в Челябинской области местными властями выделено 75,5 штатных единицы, обеспеченных финансированием. Кроме того, 19,5 – трудятся совместителями и 14 шт. ед. на основании гражданско-правовых договоров.

Для информации в РФ действуют 2 506 центров тестирования, 224 из которых в УрФО. Выделены 3800 шт. единиц.

Безусловный лидер по штатным единицам – город Москва. Там выделено 712 ставок.

Проделана большая работа по подготовке кадров. Проведены два образовательных семинара по программе 16-часового обучения для более чем 200 сотрудников центров тестирования: руководителей, операторов автоматизированных рабочих мест, а также а также судей на базе ЮУрГУ и УралГУФК области с приглашением специалистов Федерального оператора комплекса. Также на базе ЮУрГУ, используя денежные средства, полученные по Федеральной субсидии, прошли курсы повышения квалификации для 200 судей центров тестирования по программе 72-часового обучения.

Сотрудниками Минспорта ЧО и регионального оператора, начиная с осени 2016 года проводятся по мере надобности зональные кустовые семинары-совещания, где обсуждаются наиболее насущные вопросы внедрения комплекса.

А в конце февраля 2017 года Челябинская область принимала Всероссийский семинар-совещание с организаторами мероприятий комплекса ГТО по УрФО.

Начиная с 2016 года, в единый областной календарный план официальных физкультурных и спортивных мероприятий, в календарные планы муниципальных образований и всех физкультурно-спортивных организаций Челябинской области включены мероприятия, предусматривающие выполнение комплекса ГТО. Это зимний и летний фестивали ГТО, в которых в 2017 году при-

няли участие свыше 7 и свыше 5,5 южноуральцев соответственно. Причем Челябинская область – один из немногих субъектов РФ, где фестивали проводятся среди всех возрастных групп населения. В основном, только среди обучающихся. В текущем году сборная команда Челябинской области заняла 14 место в финале III летнего Фестиваля ГТО в Артеке. По сравнению с местом в пятом десятке в 2016 году – очевидный рост.

Свои фестивали ГТО проводят ЮУрГУ, ЮУрАУ, ЮУрГГПУ и УралГУФК. Многоборье ГТО включено в программу корпоративных праздников «Международные игры «Спорт поколений» на ЮУЖУ, а также на ПАО «ЧТПЗ», ПАО «ММК» и других предприятий. В рамках празднования Дня работника атомной промышленности свыше 300 сотрудников ПО «Маяк» в Озерске приступили к выполнению норм комплекса.

Многоборье ГТО включено в программу летней и зимней областных сельских Спартакиад «Уральская метелица и «Золотой колосс». Многоборье ГТО стало обязательным видом областных Универсиады и Спартакиады среди образовательных организаций начального и среднего профессионального образования, Спартакиады ЧРО «Динамо», среди ветеранов, промышленных предприятий, клубов по месту жительства, допризывной молодежи.

Площадки комплекса ГТО организуются в рамках Всероссийских акций «Лыжня России», «Кросс нации», «Олимпийский день», «День ходьбы» и «День зимних видов спорта». Площадки ГТО стали неотъемлемой частью областных физкультурно-спортивных праздников, посвященных Дню физкультурника, Дню защиты детей, праздника «Я выбираю спорт», Зимнего и летнего фестивалей «Победные традиции», молодежных фестивалей спорта и отдыха «Спортоград» на Кировке и «Энергия улиц». Визитной карточкой области стали наши «Зарядка и разминка с Чемпионом», проводимые в парках, скверах и местах массового скопления людей.

В области ведется большая агитационно-пропагандистская и разъяснительная работа.

Официальным статусом областного Посла ГТО был наделен проректор УралГУФК, ЗМС по боксу Петр Юрьевич Галкин. Послы ГТО без присвоения им официального статуса также появились практически во всех МО.

Идет выпуск тематических новостных сюжетов на телеканалах ГТРК «Южный Урал», Восточный экспресс, ОТВ, 31 канал. Вопросы внедрения ГТО обсуждаются на радио «Южный Урал»

Вопросы внедрения комплекса ГТО в Челябинской области размещаются в виде информационных материалов, новостей, фотоматериалов на федеральных сайтах р-спорт и ГТО.ру, официальных сайтах Правительства Челябинской области, Минспорта, а также сайтах иных органов государственной власти и местного самоуправления Челябинской области,

Региональным оператором совместно с центрами тестирования ведется большой объем информационной работы в социальных сетях (Вконтакте, Instagram, Facebook). На сегодняшний день официальная группа регионального оператора комплекса ГТО во Вконтакте vk.com/dirgto насчитывает более 9 тысяч участников. Также создан официальный сайт регионального оператора комплекса ГТО dirgto.ru, где опубликована вся необходимая информация, связанная с комплексом ГТО: нормативно-правовая база, новости региона, фото и видеоотчеты мероприятий, ссылки на социальные сети федерального оператора комплекса ГТО и т.д.

Но основная роль в пропаганде комплекса ГТО, в соответствии с законодательством, отводится муниципальным центрам тестирования, эффективное функционирование, которых напрямую зависит от органов управления физической культурой и спортом муниципальных образований.

24 августа председатель правительства Российской Федерации Д.А. Медведев подписал постановление № 1813-р, которым утверждались изменения, вносимые в план мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р.

Этим приостановлением Правительство РФ добавило «IV. Этап реализации Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Российской Федерации.

В рамках реализации IV этапа, в частности, предусмотрены:

во-первых, разработка и создание системы контроля реализации комплекса ГТО, в том числе контроль за деятельностью центров тестирования населения;

во-вторых, разработка нормативов и внедрение комплекса ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

в-третьих, развитие и техническая поддержка эксплуатации единой электронной базы данных АИС ГТО. Планируется преобразование статуса ГАИС.

в-четвертых, осуществление мероприятий по методическому обеспечению комплекса ГТО, разработке образовательных программ.

в-пятых, разработка Минспортом РФ методических рекомендаций по организации наблюдения за внедрением и реализацией комплекса ГТО и системе оценки результатов такой деятельности в субъектах (муниципальных образований). Т.н. рейтинг ГТО.

На этом рейтинге стоит остановиться подробнее. Т.к. с первого января 2018 года он станет единственной шкалой оценки работы по внедрению комплекса ГТО и будет включен в показатели эффективности работы глав субъектов РФ и муниципальных образований.

Рейтинг разработан и введен с целью организации объективного наблюдения за ходом и оценки динамики внедрения комплекса ГТО органами исполнительной власти субъектов РФ, а также органов МСУ на основании объективных количественных данных.

Он формируется из следующих основных показателей:

1) количество жителей субъекта РФ (муниципального образования) в возрасте от 6 лет, зарегистрированных в АИС ГТО.РУ;

Этот показатель:

по стране: 6,8 млн чел.;

по области: 182,5 тыс. чел.;

Вклад области 2,6%.

2) количество жителей субъекта РФ (муниципального образования), приступивших к выполнению норм комплекса ГТО;

Этот показатель:

по стране: 2,26 млн чел.;

по области: свыше 55 тыс. чел.;

наш вклад: 2,4%.

3) количество жителей субъекта РФ (муниципального образования), выполнивших нормы комплекса ГТО на знаки отличия;

Этот показатель:

по стране: 820 тыс. чел.;

по области: 15,5 тыс. чел.;

наш вклад: 1,9%.

4) количество выделенных единиц в штатном расписании центров тестирования населения субъекта РФ (муниципального образования);

Этот показатель:

по стране: 3 800 шт. ед.;

по области: 75,5 шт. ед.;

наш вклад: 2,0%.

5) количество материалов в региональных и муниципальных СМИ, опубликованных по вопросам внедрения комплекса ГТО.

Сведения получают с помощью автоматизированной системы мониторинга и анализа СМИ «Медиалогия».

Этот показатель:

по стране: 210 тыс. публикации;

по области: 4,7 публикаций;

наш вклад: 2,2%.

На основании этих количественных показателей, выстраивается рейтинг, состоящий из 7 критериев, рассчитываемых относительно общего количества жителей субъекта РФ (муниципального образования) в возрасте от 6 лет (I ступень). Составленный нами предварительный рейтинг муниципальных образований Челябинской области есть у вас в раздаточном материале.

Критерий 1 – доля населения, зарегистрированного в АИС ГТО от общей численности населения субъекта РФ (муниципального образования).

1. Трехгорный ГО;
41. Кунашакский МР;
42. Еткульский МР;
43. Каслинский МР.

Критерий 2 – доля населения, приступившего к выполнению норм комплекса от общей численности населения субъекта (муниципального образования), зарегистрированного в АИС ГТО.

1. Чесменский МР;
41. Копейский ГО;
42. Агаповский МР; (приступивших к выполнению нет);
42. Локомотивный ГО. (приступивших к выполнению).

Критерий 3 – доля населения, приступившего к выполнению норм комплекса от общей численности населения субъекта (муниципального образования).

1. Пластовский МР;
41. Копейский ГО;
42. Локомотивный ГО (приступивших к выполнению нет);
42. Агаповский МР (приступивших к выполнению нет).

Критерий 4 – доля населения, выполнившего нормы комплекса ГТО на знаки отличия, от общей численности населения субъекта РФ (муниципального образования).

1. Троицкий ГО;
41. Копейский ГО;
42. Локомотивный ГО (знаков отличия нет);
42. Агаповский МР (знаков отличия нет).

Критерий 5 – доля населения, выполнившего нормы комплекса ГТО на знаки отличия, от общего количества приступивших к выполнению норм комплекса;

1. Копейский ГО;
41. Нагайбакский МР;
42. Локомотивный ГО (знаков отличия нет);
42. Агаповский МР (знаков отличия нет).

Критерий 6 – доля населения субъекта РФ (муниципального образования) в возрасте от 6 лет, приходящегося на 1 ставку штатного расписания центров тестирования населения.

1. Нагайбакский МР;

14 муниципальных образований Челябинской области дополнительных ставок не выделили.

Критерий 7 – количество материалов в региональных и муниципальных СМИ, опубликованных по вопросам внедрения комплекса ГТО. Сведения получают с помощью автоматизированной системы мониторинга и анализа СМИ «Медialogия».

В настоящее время система «Медialogия» не дает возможности отследить кол-во публикаций в СМИ в разрезе муниципальных образований, поэтому в нашем рейтинге МО у всех одинаковое место. Если возможность не появится, то этот критерий будет исключен из нашего внутреннего рейтинга.

По составленному Федеральным оператором предварительному рейтингу субъектов РФ, Челябинская область занимает 38 место.



Год ГТО в Курганской области

*Эдуард Владимирович Алексеев,
начальник регионального центра тестирования
Курганской области Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне»*

С января 2017 года стартовал III этап – этап повсеместного внедрения ВФСК ГТО среди всех категорий населения. С января по ноябрь 2017 г. приступили к выполнению испытаний (тестов) 13 660 человек. По итогам трех кварталов в Курганской области на знаки отличия выполнили 4 511 зауральцев (1 786 золото, 1 570 серебра и 1 155 бронзы). На 30 ноября текущего года в электронной базе данных (АИС ГТО) зарегистрировано 59 305 участников.

В целях увеличения числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, формирования у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, повышения уровня физической подготовленности и продолжительности жизни населения Курганской области 2017 год объявлен годом Всероссийского физкультурно-спортивного мероприятия «Готов к труду и обороне» (ГТО). Соответствующее распоряжение было подписано Губернатором Курганской области А.Г. Кокориным 13 марта 2017 г. Губернатор Курганской области А.Г. Кокорин утверждён в качестве посла ГТО в Курганской области.

Социальный проект «Год ГТО в Курганской области» был удостоен второго места в рамках Всероссийского конкурса «Займись спортом!» на лучший проект по пропаганде физической культуры и спорта среди детей и молодежи на 2016/2017 г.г. в номинации «Лучшая организация работы по продвижению комплекса ГТО».

Напомню, что торжественное открытие «ГОДА ГТО» состоялось 28 апреля 2017 года в с. Чумляк, Щучанского района, где каждый желающий из участников Областного образовательного,

молодежного форума «Зауралье – 2017» смог принять участие в выполнении испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Около 40 участников пожелали проверить свои физические возможности.

В реализации Плана «Год ГТО» Правительство Курганской области играет значительную роль, привлечены для масштабного охвата населения такие органы как: Департамент социальной политики Администрации города Кургана, Департамент образования и науки Курганской области, Управление культуры Курганской области, Управление по физической культуре, спорту и туризму Курганской области, Департамент здравоохранения Курганской области, Пресс-служба Губернатора Курганской области.

В Курганской области в рамках Года ГТО в Зауралье запланировано проведение Спартакиад, соревнований, встреч с зауральскими спортсменами, дней открытых дверей, фестивалей, «круглых столов», конкурсов, в том числе конкурса на лучшую организацию по внедрению комплекса ГТО, реализация социального проекта «Километры здоровья», акции «День здоровых дел» и многое другое.

Самые массовые мероприятия:

Соревнования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в рамках VIII зимних спортивных игр «Зауральская метелица», которые прошли в феврале в Варгашином районе, где приняли участие 23 команды (89 участников в возрасте от 18 до 39 лет). Еще одно из массовых мероприятий «Финальный этап Областного зимнего фестиваля ВФСК ГТО», которое состоялось 17 марта в городе Кургане, где приняли участие 137 обучающихся общеобразовательных учреждений (105 юношей и 32 девушки в возрасте от 16 до 18 лет) из 19 районов.

Также 30 июня – 1 июля 2017 г. прошел Областной фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди населения Курганской области, где 208 участников выполнили испытания (тесты) Комплекса ГТО и прошли отбор на Всероссийские соревнования, которые пройдут в этом году в республике Крым (г. Ялта) с 18 октября по 8 ноября 2017 г.

Напомним, что Всероссийский летний фестиваль ГТО проходит ежегодно и в 2016 году он состоялся в городе Владимире, где сборная команда Курганской области в составе 8 участников заняла 24 место из 69 регионов страны, а участница команды Молокотина Анастасия, стала победительницей данного фестиваля в своей возрастной группе (IV ступень);

В рамках празднования дня физкультурника 12 августа текущего года на Центральном стадионе прошел фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), посвященный Дню физкультурника. Где каждый желающий смог проверить свои силы в выполнении испытаний (тестов) и выполнить государственные требования к уровню физической подготовленности населения на соответствующий знак отличия ГТО.

Все мероприятия запланированы в этом году, направлены на продвижение ВФСК ГТО и вовлечение населения Курганской области в систематические занятия физической культурой и спортом.

В Курганской области в течении трех лет ведется работа по пропаганде и продвижению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В рамках пропагандистских мероприятий по обобщению опыта внедрения комплекса ГТО на территории Курганской области ежегодно проводятся такие мероприятия как:

– Всероссийская научно-практическая конференция «Управление и методическое сопровождение развития физической культуры и спорта в сельских территориях». В рамках научного форума обсуждаются вопросы управленческого содействия и методического обеспечения введения ВФСК ГТО, где ведется работа по вопросам внедрения Комплекса ГТО на территории Курганской области;

- Заседание Коллегии УФКС и Т КО,
- Заседание Координационного Совета,
- Проведение Августовской конференции с рассмотрением вопросов по реализации Комплекса ГТО.

С целью популяризации комплекса ГТО в Курганской области ежегодно утверждается план мероприятий, направленных на организацию массовых пропагандистских акций по продвижению Всероссийского физкультурно– спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Курганской области.

В рамках данного Плана наиболее значимые мероприятия можно отметить такие как:

- Областной фестиваль здорового образа жизни в рамках областного молодежного образовательного форума «Зауралье»;
- выставка-форум «Дети Зауралья – заботимся вместе!»;
- Областная акция «О, спорт – ты мир!» Навстречу комплексу ГТО;
- День физкультурника;
- Физкультурное мероприятие среди сотрудников исполнительных органов государственной власти Курганской области, территориальных органов федеральных органов исполнительной власти в Курганской области, органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов Курганской области, посвященного возрождению ВФСК ГТО;
- Новогодняя лыжная гонка в рамках ВФСК ГТО.

После каждого мероприятия на сайте Правительства Курганской области и в СМИ выходили публикации, на ИА «Курган.ру», ГТРК «Курган» – сюжеты, а также в эфир ИА «Курган.ру» вышла программа «Особое внимание», посвященная комплексу ГТО.

Постоянно ведется сотрудничество с электронными и печатными СМИ (районными и городскими газетами), телевидением и радио.

По приглашению ГТРК «Курган» сотрудники Регионального координационного центра тестирования провели ряд эфиров на радио по вопросам Комплекса ГТО.

Для пропаганды ВФСК «ГТО» и информировании населения проводятся разъяснительные беседы для разных возрастов, работы по обновлению информационных стендов, изготовление красочных буклетов. Проводятся торжественные награждения знаками отличия комплекса ГТО с участием Губернатора Курганской области (Послом ГТО) А.Г. Кокориным.

В этом году ведется работа по апробации Комплекса ГТО среди лиц с ограниченными возможностями здоровья. В апреле 2017 г. в городе Шадринск прошло пробное тестирование среди лиц с нарушением слуха. В 3 квартале 2017 года запланировано проведение Спартакиады «Интеграция» среди объединенных команд инвалидов и людей без инвалидности государственных организаций стационарного социального обслуживания на базе Государственного бюджетного учреждения «Психоневрологический интернат «Зеленый бор» с использованием испытаний (тестов) среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Приступить к выполнению нормативов Комплекса ГТО на знаки отличия лица с ограниченными возможностями здоровья смогут с января 2018 года.

А также в этом году Курганская область стала победителем во Всероссийском конкурсе региональных органов управления образованием «ГТО всей семьей» по созданию в рамках региональных образовательных систем условий вовлечения обучающихся и членов их семей в выполнение нормативов комплекса ГТО.

По результатам конкурса от Курганской области была приглашена семья Лешуковых из Куртамышского района на Всероссийский спортивно-просветительский семейный фестиваль «ГТО всей семьей».

В рейтинге Минспорта России на 2016 год Курганская область заняла шестое место среди субъектов Российской Федерации по организации работы, связанной с внедрением ВФСК ГТО.

Дальнейшие планы: Реализация всех запланированных мероприятий направленные на реализацию Комплекса ГТО на территории Курганской области. Увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, повышение уровня физической подготовленности населения.

Факторами, сдерживающими развитие ВФСК ГТО на территории Курганской области, является:

- недостаточное финансирование;
- нехватка кадров в муниципальных центрах тестирования;
- отсутствие собственного инвентаря (используется инвентарь и оборудование в основном мест тестирования – школ).

СЕКЦИЯ 2.

ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В ОРГАНИЗАЦИЯХ РАЗЛИЧНОГО ТИПА НА ТЕРРИТОРИИ ХМАО – ЮГРЫ



Деятельность внедрения комплекса ГТО на примере регионального центра тестирования ХМАО – Югры

*Римма Валентиновна Фатеева,
начальник регионального центра тестирования
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»*

Одним из важных направлений внедрения комплекса ГТО является создание организационно-кадровой структуры.

В соответствии с Приказом департамента физической культуры и спорта Ханты-Мансийского округа – Югры от 3.10.2014 года № 188/1 «О реализации мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры» [1], на базе автономного учреждения среднего профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» создан информационно-методический центр тестирования, подготовки кадрового состава и проведения мониторинга внедрения ВФСК «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Пунктом 2.3 данного приказа на автономное учреждение среднего профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» возложены функции координатора по реализации Плана мероприятий по поэтапному внедрению ВФСК «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автоном-

ного округа – Югры, а также осуществление функций регионального оператора.

Региональный центр тестирования осуществляет свою деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами, регулирующими вопросы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Российской Федерации (Указы Президента Российской Федерации, Постановления и Распоряжения Правительства Российской Федерации, ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказы Министерства спорта Российской Федерации, Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, Распоряжение Губернатора Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Приказ Департамента физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Департамента здравоохранения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры).

Для выполнения поставленных задач были созданы 26 муниципальных центров тестирования. Определен порядок взаимодействия: федеральный оператор – региональный центр тестирования (оператор) – муниципальные центры тестирования.

В постоянном режиме всеми 26 муниципальными центрами тестирования комплекса ГТО, согласно утвержденным графикам, ведется прием нормативов у всех категорий населения. Все Центры прошли регистрацию в базе Федерального оператора – АНО «Исполнительная дирекция спортивных объектов» (г. Казань), каждый центр получил справочно-ключевые дистрибутивы подключения к АИС ГТО.

Региональный центр ведет свою работу согласно плану мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [2] в рамках реализации трех этапов с 2014 по 2017 год:

1. Организационно-экспериментальный этап внедрения Комплекса среди обучающихся образовательных организаций в отдельных субъектах Российской Федерации (2014–2015 гг.).

2. Этап внедрения Комплекса среди обучающихся всех образовательных организаций страны и других категорий населения

в отдельных субъектах Российской Федерации, создание и обеспечение функционирования регионального и муниципальных Центров тестирования (2015–2016 гг.).

3. Этап внедрения Комплекса среди всех категорий населения (2016–2017 гг.).

В соответствии с планом работы региональным Центром тестирования ежегодно осуществляются мероприятия окружного характера:

- проведение зимнего и летнего фестивалей ВФСК ГТО среди всех категорий населения;

- тренировочные мероприятия и участие сборной команды автономного округа в III этапе Фестиваля ВФСК ГТО среди обучающихся;

- обеспечение центров тестирования ГТО муниципальных образований автономного округа инвентарем и оборудованием, обустройство мест тестирования;

- мероприятия по подготовке кадрового состава, призванного организовывать и обеспечивать проведение и прием нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры;

- проведение проверок муниципальных центров тестирования;

- проведение окружной научно-практической конференции.

Огромным плюсом в работе регионального центра тестирования является пропагандистская деятельность: размещение баннеров, распространение буклетов, проведение мероприятий, направленных на популяризацию и привлечение обучающихся образовательных организаций к выполнению нормативов комплекса ВФСК ГТО, так в течение трех этапов внедрения комплекса ГТО проведены:

- Всероссийский урок «Готов к труду и обороне»;

- Круглые столы и физкультурно-массовые мероприятия с участием Посла ГТО Эдуарда Владимировича Исакова;

- Участие в торжественных церемониях вручения знаков отличия комплекса ГТО, с приглашением прославленных спортсменов Югры и руководителей структурных подразделений администрации муниципальных образований.

- В рамках физкультурно-спортивных мероприятий организовываются площадки по апробации тестов ВФСК ГТО;
- создание и размещение пропагандистских видеороликов комплекса ГТО.

Каждое мероприятие освещается в СМИ телерадиокомпанией ОТРК «ЮГРА», агентством спортивных новостей «Р-СПОРТ», российским агентством международной информации «РИА-Новости», на официальных сайтах ГТО.ру, Депспорта Югры, АПОУ «ЮКИОР». Положительный результат получен от размещения информации в социальных сетях: <https://vk.com/gtohmao>; https://www.instagram.com/gto_hmao. Всего за 2015–2017 годы опубликовано более 9 тысяч статей.

Благодаря слаженной работе Депспорта Югры, регионального и муниципальных центров тестирования по итогу 2016 года – Ханты-Мансийский автономный округ – Югра поднялся на 3 место среди всех субъектов РФ по внедрению комплекса ГТО.

Мы считаем, что в настоящее время намечается тенденция переосмысления подходов к физическому воспитанию и физической культуре. Считаем, что возрождение комплекса ГТО является действенным фактором обеспечивающим многогранность привлечения населения к занятиям физической культурой и спортом, так в Югре с 2014 года (начало внедрения комплекса ГТО) количество систематически занимающихся физической культурой увеличилось за два года на 112 064 человека.

Список литературы:

1. Приказ департамента физической культуры и спорта Ханты-Мансийского округа – Югры от 3.10.2014 года № 188/1 «О реализации мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры.

2. Распоряжение Губернатора Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 30 июля 2014 года № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на период 2014–2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

Опыт внедрения комплекса ГТО в организациях различного типа на примере города Урая

*Вадим Викторович Архипов,
начальник управления по физической культуре,
спорту и туризму г. Урая*

Введение. Проект ГТО сегодня становится национальной идеей, позволяет привлечь как можно больше россиян к спорту, а значит, сделать нас здоровее и сильнее. В реализации этого проекта не остался в стороне и наш город Урай.

С тех пор, как эта идея прозвучала впервые и до сегодняшнего дня пройден немалый путь. Поэтому сегодня я хотел бы вас подробно ознакомить с тем, как у нас в городе реализуется комплекс ГТО.

Стоит отметить, что в последние годы прослеживается не только повышение общественного интереса к физической культуре и спорту, но и устойчивый рост показателей двигательной активности граждан. Мы ежегодно отмечаем увеличение числа участников соревнований и спартакиад. Все более популярными, становятся различные формы самостоятельных занятий, видов гимнастики и фитнес-тренировки.

По данным центра ГТО, с 2016 года более 2 000 урайцев начали регулярно заниматься физической культурой и спортом. Сегодня их общая численность уже превышает 2 500 человек.

Приняты системные меры по совершенствованию спортивной инфраструктуры, в том числе в образовательных организациях (с 2016 года введено в эксплуатацию 4 спортивных объекта), повышена привлекательность уроков физической культуры.

Сегодня, согласно данным мониторинга, проводимого в рамках «Президентских состязаний», около 60% учащихся города имеют высокий и средний уровни физической подготовленности. Однако это абсолютные цифры. При этом только около 10% населения в возрасте от 30 до 59 лет систематически занимается

физической культурой и спортом, а это трудоспособное население страны, которое вносит значительный вклад в производство и потребление материальных благ.

В качестве вероятных причин таких низких показателей привлечения населения к систематическим занятиям физкультурой и спортом мы отмечаем:

- ограниченность государственных ресурсов по развитию физической культуры и спорта;
- слабую заинтересованность работодателей в поощрении физической активности работников;
- недостаточное развитие негосударственных физкультурно-спортивных клубов.

Таким образом, до недавнего времени у нас отсутствовали условия, стимулирующие физическое воспитание человека на всех этапах его жизни, позволяющие в полной мере использовать потенциал физической культуры для целей социально-экономического развития страны и города в частности. В этой связи мы рассматриваем внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» не только как возможность восполнить этот пробел, но и как полноценную программную и нормативную основу физического воспитания населения города. Ведь задача комплекса состоит не только в улучшении количественных показателей, а одновременно определяет как оптимальные параметры физического развития различных возрастных групп населения, так и методическую основу достижения того уровня физической подготовленности, который соответствует возрастной норме.

Организация и методы исследования. Как нам всем известно, город Урай находится в числе лидеров по восстановлению и преобразованию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Ханты-Мансийском автономном округе. На протяжении последних двух лет в нашем городе проводится кропотливая работа по популяризации этого проекта. С введением ВСФК «ГТО» в России наш город активно включился в этот проект. Нами активно поддерживается желание и стремление наших горожан получить заслуженную награду – нагрудный знак ВФСК «ГТО».

Внедрение комплекса ГТО на территории города Урай осуществлялось нами в три этапа.

На первом этапе, который нами успешно завершён Постановлением № 3483 главы города, был создан Центр тестирования ГТО, Совместным приказом «Управление по физической культуре, спорту и туризму администрации города Урай», БУ ХМАО – Югры «Урайская городская клиническая больница» и Управление образования администрации города Урай «О проведении мероприятий по организации приема испытаний (тестов) комплекса ВФСК ГТО среди учащихся общеобразовательных учреждений города Урай», что дало толчок и правовую возможность перейти ко второму этапу.

В 2016 году успешно завершён второй этап: комплекс ГТО внедрён среди обучающихся всех образовательных организаций города, включая дошкольные учреждения.

На третьем этапе проведено внедрение комплекса среди всех слоев населения города Урай.

Введение комплекса в действие потребовало от нас активизировать работу в области нормативно-правовой базы: Управлением по физической культуре, спорту и туризму администрации города Урай совместно с Урайской городской клинической больницей и Управлением образования администрации города Урай принято несколько нормативных актов различного характера и содержания, которые позволили урегулировать первостепенные вопросы, связанные с внедрением комплекса ГТО.

Для реализации проекта ГТО в нашем городе был разработан план мероприятий, который внедрялся в жизнь с января по июнь 2016 года. К началу июня в мероприятиях ГТО в нашем городе приняло участие 1 046 учащихся. Количество заявок – 2 566, количество допущенных – 1 245, количество зарегистрировавшихся в автоматизированной информационной системе ГТО – 2 676 человек.

Для популяризации проекта ГТО среди населения мероприятия ГТО, проводимые в течение прошлого 2016 года неоднократно освещались на городском канале телерадиокомпании «Спектр». Начальник Управления по физической культуре, спорту и туризму и заведующий Центром ГТО неоднократно принимали

участие в эфирах городского телевидения с целью разъяснения и популяризации проекта).

Самое главное в организации работы по внедрению комплекса ГТО – это создание специального центра тестирования. Важно, что наш Урайский центр создавался на базе уже существующих спортивных объектов. Напомню, что согласно соответствующему Положению, центры тестирования обязательно должны содержать необходимую техническую базу со специальным спортивным оборудованием: зал силовой гимнастики (турник, сектор для прыжка, место для наклона, для сгибания и разгибания рук в упоре лежа-стенд, место для пресс и для рывка гири), стадион для бега, биатлонный комплекс для тестирования бега по пересеченной местности, метания, скандинавской ходьбы и лыжных нормативов, бассейн на 6 дорожек, тир.

На региональных этапах Фестиваля ГТО, учащиеся города Урай заняли высшие ступени пьедестала как среди девушек (Новаковская Виктория), так и среди юношей (Мальцев Антон). Параллельно с Фестивалем для обучающихся был организован Фестиваль ГТО для дошкольников. Количество учащихся, принявших участие в выполнении нормативов в первом полугодии 2016 года, составило 437 человек. Лидирующее положение по количеству обучающихся, привлеченных к мероприятиям комплекса ГТО в городе по праву занимают СОШ № 4, СОШ № 12 и гимназия.

С целью совершенствования физкультурно-спортивной и оздоровительной работы среди обучающихся, приобщения их к здоровому образу жизни и привлечения к сдаче комплекса ГТО, в 2016–2017 учебном году Центром ГТО были организованы и проведены «Дни здоровья», «Папа, Мама, я – на старты ГТО», показательные выступления волонтеров Центра ГТО по «стритворкауту», которые проходили в новом формате.

В 2016–2017 году с учетом своей специфики и пожеланий преподавателей физической культуры были определены время, дата и место проведения фестивалей ГТО, разработаны программы их проведения. В соответствии с ЕКП, утверждённым начальником Управления по физической культуре, спорту и туризму, с февраля по июнь 2016 года и с февраля по октябрь 2017 года было про-

ведено 8 «Дней здоровья» и 4 Фестиваля ГТО, в которых приняло участие 353 учащихся образовательных школ и 134 студента 1–2 курсов очной формы обучения Урайского политехнического колледжа. Фестивали проходили на следующих спортивных площадках города: ФСК «Олимп», стадион «Нефтяник», бассейн ДЮСШ «Старт», биатлонный комплекс, тир. Кроме того, проводились конкурсы и флешмобы, викторины и интерактивные игры. Особое внимание уделялось сдаче нормативов комплекса ГТО. Девушки и юноши показали свои спортивные навыки в подтягивании из виса лежа и из виса на высокой перекладине, в прыжках в длину с места, плавании и других состязаниях. Количество сдавших нормативы комплекса ГТО в рамках Фестивалей и дней здоровья составляет 181 человек, т.е. 40% от общего числа учащихся.

За указанный отчетный период в городе Урай силами регионального центра ГТО были организованы и проведены обучающие семинары для специалистов, реализующих внедрение ВФСК ГТО в городе. 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 города Урай, так и представители других городов округа (в общей сложности около 100 человек). Опыт реализации мероприятий комплекса ГТО позволил разработать определенный алгоритм организации тестирования в городе Урай. Ниже представлены рекомендации эффективной реализации представленного алгоритма. В связи с тем, что для эффективного внедрения комплекса ГТО требуется взаимодействие многих структурных подразделений ДЮСШ «Старт» и ДЮСШ «Звезды Югры», была проведена активная работа по созданию центра тестирования ВФСК ГТО. Одной из задач центра тестирования является координация деятельности всех структур, от которых зависит эффективность внедрения комплекса ГТО.

1. Разработка матрицы коллективной заявки для участников.
2. Проведение собрания с лицами, ответственными за внедрение ГТО в своих организациях.
3. Составление и сообщение плана проведения тестирования.

4. Сбор коллективных заявок.
5. Организация медицинского допуска.
6. Составление графика тестирования.
7. Проведение тестирования нормативов: январь – июль – 1, 2, 3 ступени учащихся и все слои населения; сентябрь – декабрь – 4, 5 ступени учащихся и все слои населения.

Работа центра тестирования по подготовке к проведению тестирования начинается с разработки матрицы коллективной заявки. Имеющийся опыт подсказывает, что наиболее целесообразно формировать заявку в одном листе в формате Excel, куда можно будет вносить сведения об тестируемых (и юношей и девушек различных ступеней). Далее в эту коллективную (общую) заявку будут вноситься результаты испытаний. Единая заявка позволит в любой момент, практически в режиме онлайн, обрабатывать информацию по количеству участников и т.д. Данная информация позволит ответственным вносить коррективы в организацию тестируемых для участия в мероприятиях комплекса ГТО. Например, можно отследить граждан, не прошедших медицинский осмотр, и согласовать с поликлиникой график дополнительно осмотра. До сбора заявок мы не можем знать предполагаемое количество участников тестирования в рамках комплекса ГТО. Поэтому информируем ответственных о плане проведения тестирования без сообщения конкретных дат. Например, мы информируем о том, что начинают выполнять нормативы граждане 4 и 5 ступени, что в течение определенного месяца будет прием определенных нормативов. После проведения собрания информация о мероприятиях комплекса ГТО размещается на официальном сайте ДЮСШ «Звезды Югры» в разделе «объявления» и на специальной страничке ВКонтакте, посвященной комплексу ГТО. После сбора заявок от учреждений (заявку каждый гражданин может подать и лично) формируются заявки для медицинского допуска граждан к тестированию. После чего, для желающих участвовать в тестировании нормативов ГТО, разрабатывается график прохождения тестирования. Только после сбора информации о медицинском допуске составляется график проведения тестирования, в котором указываются конкретные ступени, сроки и место тестирования, нормативы, которые предстоит выполнить. В настоящее

время в нашем городе прием нормативов начинается с выполнения всех обязательных нормативов. Прием бега на 100 метров и на 2 (3) км происходит на стадионе. Прием остальных нормативов (гибкость, силовые нормативы) в спортивном комплексе. Также с обязательными нормативами мы предлагаем принимать прыжок в длину с места и поднимание туловища из положения лежа на спине (для девушек). Данные 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 нашем Центре судейство осуществляют сотрудники Центра ГТО и два преподавателя физической культуры, прошедшие обучения и имеющие судейские разряды. Среди них судьи 3-й, 2-й и Всероссийской категории по видам спорта, входящим в комплекс ГТО, 1 судья являлся членом судейской коллегии Фестиваля ВФСК ГТО среди обучающихся образовательных организаций, посвященного году здоровья в Югре. Надо отметить, что работа учителей в качестве судей на мероприятиях комплекса ГТО является добровольной. Опыт тестирования показывает, что эффективное судейство невозможно осуществить без привлечения волонтеров. В нашем Центре к этой деятельности широко привлекаются студенты профессионального колледжа и учащихся школ, имеющие спортивные разряды. На некоторых видах количество волонтеров значительно превышает количество судей-преподавателей. Например, в беге на выносливость (2 км у девушек и 3 км у юношей), количество волонтеров, считающих круги, преодоленные участниками, у нас доходило до пяти человек. Учитывая, что участие в мероприятиях ГТО должно осуществляться на добровольной основе, необходимо стимулировать положительное отношение детей и взрослых к комплексу. Одним из средств мотивации к участию является личный пример учителей и руководителей предприятий. В нашем городе таких не мало.

За период работы Центра тестирования ГТО с января 2016 по ноябрь 2017 года полностью (все виды) выполнило 1 298 чело-

век. Золотым знаком награждено – 239 человек (187 учащихся, 39 работающих граждан и 13 пенсионеров). Серебряным знаком – 246 человек. Бронзовым знаком – 80 человек.

Все возрастные группы выполнили большинство нормативов ВФСК «ГТО». Однако хочется отметить, что для выполнения комплекса на начальном этапе отбирались изначально физически подготовленные школьники и граждане города. В течение 2016/2017 года в образовательных учреждениях и трудовых коллективах города проводится агитационная работа по популяризации ВФСК «ГТО» среди всех категорий населения г. Урай.

Работники некоторых организаций города, выполнившие нормативы на золотой, серебряный или бронзовый знак ВФСК «ГТО» и имеющие иные существенные заслуги в физкультурно-спортивной деятельности, награждены денежной премией, ценным подарком, абонементом на бесплатное посещение спортивных и оздоровительных объектов города.

Вручение удостоверений знаков соответствующих степеней лицам, успешно выполнившим нормативы ВФСК «ГТО», грамот, ценных призов, объявление благодарности и других форм поощрения производится в торжественной обстановке главой города. Информация о достижениях обучающихся и работников предприятий, показавших высокие результаты при выполнении нормативов ВФСК «ГТО», размещается в средствах массовой информации газете «Знамя» и на телеканале «Спектр».

Результаты исследования: На сегодняшний день очевидно противоречие между необходимостью системы образования содействовать сохранению и укреплению здоровья ребенка и реальным состоянием здоровья обучающихся в образовательных учреждениях, как дошкольного, так школьного, среднего специального образования.

Поэтому мы провели опрос среди 100 обучающихся 5–11 классов средних школ города на предмет их отношения к занятиям физической культурой, осведомленности о ВФСК «ГТО» и здоровом образе жизни. В ходе опроса выяснилось, что обязательные уроки физической культуры посещают 75,82% опрошенных школьников, при этом удовлетворены ходом ведения урока лишь

45,4%, а в физкультурно-спортивных секциях занимаются регулярно только 22,23% тех же респондентов. Необходимо отметить, что 58,08% школьников имеют юношеские спортивные разряды по различным видам спорта.

Не занимаются физической подготовкой самостоятельно 28,75% школьников, при этом только 20,17% респондентов относятся к занятиям общей физической подготовкой как к полезному и нужному делу для улучшения здоровья, самочувствия и работоспособности, большинство – 48,66% видит в таких занятиях лишь улучшение своих спортивных показателей. Удовлетворены своей физической подготовленностью лишь 27,3% опрошенных школьников, именно поэтому хотели бы получать регулярные физические нагрузки 65,5% учащихся. Среди «барьеров», препятствующих занятиям физической подготовкой, 36% респондентов указали отсутствие свободного времени (загруженность школьной программой), 25% – неудобное расписание занятий, а 9,7% ребят просто не знают с чего начать.

Далее мы попросили оценить свое здоровье: 39,1% школьников считают, что оно удовлетворительное; 7,52% – неважное, а 23,33% респондентов «совершенно здоровы», затруднились ответить 18,04% опрошенных. 47,7% учащихся ведут здоровый образ жизни, у 39,1% из них поддерживается здоровый образ жизни в семьях.

Следовательно, большинство учащихся образовательных учреждений основную долю физической нагрузки должны получать на уроках физической культуры в различных их формах проведения. А ВФСК «ГТО» должен рассматриваться руководством школ как критерий оценки деятельности учителей физической культуры.

51% школьников утверждают, что занятий, направленных на подготовку к выполнению тестов и нормативов комплекса «ГТО» не проводится, при этом не знают о существовании комплекса только 2,3% учащихся, а планируют сдать нормативы 32%.

Отношение школьников к выполнению нормативов ГТО (положительное – 35,46%, отрицательное – 12,76%, не знаю, что такое ГТО – 2,13%, нейтральное – 13,47%, скорее положительное – 35,46%, скорее отрицательное – 0,71%).

На основании представленных материалов, мы предлагаем следующий план популяризации проекта ВФСК «ГТО» среди учащихся г. Урай:

1) Продолжение проведения общего городского Фестиваля «Будь готов к труду и обороне» для привлечения учащихся образовательных учреждений.

2) Организация и проведение Фестиваля ГТО среди дошкольных учреждений «С детства будь готов к труду и охранять свою страну».

3) Организация выставки школьных работ по теме «От СССР к современности: история развития ГТО».

4) Организация мастер-классов спортсменов города Урай по различным видам спорта, в том числе и паралимпийцев.

5) Проведение цикла занятий инклюзивной физической рекреации с детьми-инвалидами.

6) Итоговое городское мероприятие «Спортивная Элита» – чемпионство лучших спортсменов и коллективов в системе ГТО.

Поскольку целью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) является повышение уровня физической подготовленности обучающихся, трудящихся, лиц старшего и пожилого возраста и установление перечня знаний, умений, навыков каждого человека по ведению здорового образа жизни, физическим упражнениям и занятиям спортом, то важной задачей является пропаганда данного комплекса среди населения, особенно среди учащейся молодежи. Разворачивается массовое внедрение комплекса «ГТО» по всему округу. Проходят курсы по организации и приему контрольных нормативов ГТО для специалистов в сфере физической культуры и спорта.

Но тем не менее, необходима высокая мотивация населения, а не просто добровольно-принудительное привлечение к участию. Мы разделяем мнение коллег, что необходима система стимулов, для каждой социально-демографической группы населения, а также организаторов, активно участвующих в реализации ГТО.

Проблематика. Однако не хотелось бы оставить без внимания такой момент. Я думаю, что многие с нами согласятся в этом.

Сама идея возобновления сдачи норм ГТО давно назревала, так как нынешняя молодежь, и не только, все больше и больше дистанционируется от увлечения спортом, о чем и было сказано на Совете по физической культуре и спорту при президенте РФ. И введение этого комплекса вызовет, не сомневаюсь, активное желание принять в нем участие.

Но возникают проблемы, и без их решения нам будет невозможно двигаться вперед.

Проведение и выполнение норм ГТО – это дело, конечно, нужное, но не стоит забывать и о том, чтобы мотивировать наших граждан и дальше, год за годом, в течение всей жизни активно заниматься спортом и выполнять эти нормы. Мотивационный момент очень важен. И если на первом этапе мы не сможем дать людям этого, то, мы уверены в этом, начиная со следующего года, столкнемся с тем, что количество желающих незамедлительно сократится. И вот как итог, сокращение количества граждан (детей), выполняющих нормы ВФСК «ГТО» в прошедшем году. Да, было принято решение существенно ограничить выполнение нормативов для людей (детей), которые по требованиям врачей не могли выполнять эти нормы.

Но хотелось бы обратить Ваше внимание на один интересный факт: есть несколько человек в нашем городе в возрасте от 45 до 60 лет, имеющих спортивные разряды и с честью выступающих за сборные команды своих коллективов на городских Спартакиадах, но они не допускаются по медицинским показателям к выполнению норм.

Сам процесс получения медицинской справки о допуске к выполнению нормативов ГТО в нашем спортивном диспансере очень труден! Посудите сами: пропускная способность – 2 человека в день! Урайское отделение ФНС получали допуск 2 месяца!

Многие граждане просто отказываются от такой нервозатратной процедуры!!

В заключение хотелось бы остановиться на положительных моментах. Все больше и больше оказывается желающих пополнить ряды людей, которые имеют знаки отличия ВФСК «ГТО». Наша основная цель оказывать в этом комплексную поддержку всем желающим.



Опыт внедрения комплекса ГТО в организациях различного типа на примере города Ханты-Мансийска

*Андрей Владимирович Корчак,
начальник управления по физической культуре,
спорту и туризму г. Ханты-Мансийска*

Основным фактором сохранения здоровья является физическая активность, она влияет на деятельность, благосостояние общества, ценностные ориентации поведения. Главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, является мотивация. Именно мотивационный компонент отражает положительное эмоциональное отношение к физической культуре, систему знаний, интересов и убеждений, волевых усилий, направленных на практическую и познавательную деятельность. Одним из таких компонентов является Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс ГТО).

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации В.В. Путина от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» разработаны и утверждены: план поэтапного внедрения комплекса ГТО в Российской Федерации, положение о комплексе ГТО, государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении норм ГТО, методические рекомендации по организации проведения тестов, входящих в комплекс ГТО.

На уровне муниципального образования постановлением Администрации города Ханты-Мансийска от 30.03.2015 № 509 утвержден План мероприятий поэтапного внедрения комплекса ГТО в городе Ханты-Мансийске, который реализован в полном объеме. Ответственным и координатором поэтапного внедрения

комплекса ГТО в городе Ханты-Мансийске является Управление физической культуры, спорта и молодежной политики Администрации города Ханты-Мансийска.

Между Департаментом физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и муниципальным образованием городской округ город Ханты-Мансийск заключено соглашение по участию в организационно-экспериментальном этапе внедрения комплекса ГТО на период с 2016 по 2017 год.

При поддержке Регионального центра тестирования ВФСК ГТО совместно были разработаны механизмы внедрения ВФСК ГТО на территории города Ханты-Мансийска, сформирована единая электронная база данных ВФСК ГТО, оказано содействие в информационно-пропагандистском сопровождении мероприятий, проводимых на территории муниципального образования, предусматривающих выполнение видов испытаний (тестов) и нормативов, в повышении квалификации судей Муниципального центра тестирования.

В рамках муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в городе Ханты-Мансийске на 2016–2020 годы» предусмотрено финансирование на внедрение комплекса ГТО в размере 900 000 рублей.

В систему показателей, характеризующих результаты реализации муниципальной программы включен показатель «Доля граждан города, выполнивших нормативы комплекса ГТО, в общей численности, принявшего участие в сдаче нормативов комплекса ГТО: из них учащихся и студентов», который в 2016 году составил 30%. В плане на 2017 год – доля граждан города, выполнивших нормативы комплекса ГТО, в общей численности населения составить 25%, доля учащихся и студентов – 40%, прогнозное исполнение 100%.

При общественном Совете по развитию физической культуры и спорта в городе Ханты-Мансийске при Управлении физической культуры, спорта и молодежной политики Администрации города Ханты-Мансийска создана рабочая группа по внедрению комплекса ГТО на территории города Ханты-Мансийска.

На базе муниципального бюджетного учреждения «Спортивный комплекс «Дружба» создан муниципальный центр тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта. Спортивным оборудованием и инвентарем Центр тестирования и места тестирования обеспечены в полном объеме.

Судьи Муниципального центра тестирования повысили свою квалификацию по следующим программам: подготовка судей квалификационной категории «Спортивный судья 3 категории ВФСК ГТО» и «Юный спортивный судья ВФСК ГТО», также прошли переподготовку спортивные судьи, имеющих спортивную категорию, по специфике выполнения испытаний ВФСК ГТО.

Согласно приказу Минздрава России от 01.03.2016 № 134н участники комплекса ГТО проходят медицинский осмотр для определения состояния здоровья и функциональной группы для допуска к выполнению нормативов (тестов) комплекса ГТО на базе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Окружная клиническая больница» (медицинский кабинет).

Внедрение комплекса ГТО проходило в три этапа:

– 2014–2015 годы: организационно-экспериментальный этап: внедрение ГТО среди обучающихся образовательных организаций, среди учреждений и предприятий, находящихся на территории города Ханты-Мансийска;

– 2016 год: этап введения комплекса в общеобразовательных организациях;

– 2017 год: этап повсеместного введения комплекса ГТО.

В результате межведомственного взаимодействия по реализации поэтапного внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО») Управлением физической культуры, спорта и молодежной политики администрации города Ханты-Мансийска, Департаментом образования Администрации города Ханты-Мансийска и Центром тестирования сформирован план-график тестирования

обучающихся образовательных организаций города, в соответствии с которым проводятся испытания с I по VI возрастную ступени.

Во всех образовательных организациях проводится работа по привлечению обучающихся к выполнению комплекса ГТО (тематические классные часы, беседы, размещённые в образовательных учреждениях информационные стенды). Главным стимулом получения знака ГТО для выпускников служит начисление дополнительных баллов при поступлении в высшие учебные заведения.

Календарный план физкультурных и спортивных мероприятий города Ханты-Мансийска на 2017 год включает в себя более 40 мероприятий по приему комплекса ГТО. Самыми масштабными из них стали: спортивный Фестиваль ВФСК «ГТО» среди обучающихся общеобразовательных организаций г. Ханты-Мансийска (охват с I по VI ступень), Спортивный Фестиваль ВФСК ГТО среди обучающихся образовательных организаций профессионального и высшего образования, I (муниципальный) этап Зимнего Фестиваля ВФСК ГТО среди всех категорий населения г. Ханты-Мансийска, посвященный году здоровья, I (муниципальный) этап Летнего Фестиваля ВФСК ГТО среди обучающихся общеобразовательных организаций и среди всех категорий населения г. Ханты-Мансийска, Фестиваль ВФСК «ГТО» среди лиц занимающихся трудовой деятельностью в г. Ханты-Мансийска.

Также тестирование жителей города Ханты-Мансийска проходило в рамках массовых физкультурных и культурных мероприятий города Ханты-Мансийска (празднование Дня города Ханты-Мансийска, Всероссийского Дня физкультурника и др.).

При проведении Спортивных Фестивалей среди обучающихся общеобразовательных школ совместно с представителями школ были составлены графики прохождения тестирования. Для проведения тестирования были задействованы спортивные сооружения:

– АУ ПО ХМАО – Югры «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» (для выполнения легкоатлетических дисциплин);

– МБУ «СК «Дружба» (плавание, зальные виды тестирования);
– МБУ «СШОР» (бег на лыжах, кросс по пересеченной местности);

– МБУ ДО «Патриот» (стрельба из пневматической винтовки).

Участниками движения комплекса ГТО уже стали члены Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, известные олимпийские чемпионы, работники органов исполнительной и муниципальной власти, представители образовательных организаций высшего и среднего образования, а также сотрудники предприятий и организаций города Ханты-Мансийска.

На сегодняшний день в городе Ханты-Мансийске 15 представителей старшего поколения, в том числе ветеранов спорта, которые выполнили нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – ВФСК «ГТО») на золотые знаки отличия.

Представители старшего поколения и представители молодежи совместно принимают участие в выполнении нормативов ВФСК «ГТО» на таких мероприятиях как Всероссийский день физкультурника, День спорта ВФСК «ГТО», III полумарафон «Превзойди себя», городской Фестиваль ВФСК «ГТО» среди различных категорий населения.

Вручение знаков отличия ВФСК «ГТО» представителям старшего поколения, а именно учителям физической культуры в общеобразовательных организациях проводятся в торжественной обстановке в присутствии молодежи для пропаганды ВФСК «ГТО».

В целях взаимодействия представителей молодежи и представителей ветеранов спорта запланировано создать совместные судейские бригады для реализации мероприятий по внедрению ВФСК «ГТО».

Первый золотой знак отличия ВФСК «ГТО» в 2017 году был вручен представителю старшего поколения города Ханты-Мансийска Башмакову Виктору Яковлевичу на открытии регионального Летнего Фестиваля ВФСК «ГТО» среди обучающихся в общеобразовательных организациях.

С целью информационной и просветительской работы, регулярно проводится награждение знаками отличия комплекса ГТО в общеобразовательных организациях, учреждениях и предприятиях города Ханты-Мансийска.

По итогам окружного смотра-конкурса «Лучшее муниципальное образование по организации работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в 2016» муниципальное образование вошло в тройку лучших и получена субсидия на сумму 60 000 рублей.

В 2016 году в рамках общероссийского этапа Фестиваля ВФСК «ГТО» в городе Владимире Селиверстова Алена (учащаяся ныне АУ ПО ХМАО – Югры «ЮКИОР») выполнила норму в возрастной категории 13–15 лет и стала одной из первых обладателей золотого значка ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе. Сборная команда Ханты-Мансийского автономного округа заняла 3 место в общекомандном зачете.

Информационная поддержка комплекса реализуется посредством распространения информации о проводимых мероприятиях, о порядке подачи заявок и прохождения тестирования в официальной группе в социальной сети «ВКонтакте» (<http://vk.com/gtohm>). Также мероприятия освещаются на телевидении: ОТРК «Югра» (<http://ugra-tv.ru>), Городское телевидение «Новая студия» (<http://news-hm>, в печатном издании – городская общественно-политическая газета «Самарово – Ханты-Мансийск»).

На данный момент Муниципальный центр тестирования работает по утвержденному графику, который приемлем для всех желающих. Так, с 1 января 2017 года в тестировании приняли участие около 2 000 человек. На знаки различного достоинства за 2017 год выполнили – 561 человек.

Однако ряд вопросов в Муниципальном центре тестирования остаются не решенными. К примеру, не укомплектованностью штата Центра тестирования в соответствии с выделенными ставками, отсутствием автотранспорта.

В наступающем 2018 году планируется внедрение комплекса ГТО для инвалидов, в связи, с чем будут внесены изменения в муниципальный план мероприятий по внедрению и реализации комплекса ГТО в городе Ханты-Мансийске.



Мотивация населения при внедрении комплекса «Готов к труду и обороне»

*Ольга Николаевна Гразно,
начальник центра тестирования ГТО,
муниципальное бюджетное учреждение
Центр физической подготовки «Надежда», г. Сургут*

Ключевые слова: комплекс ГТО, стимулирование, мотивация, нормативы, ресурсы мотивации.

В январе 2015 года четыре министерства – Минспорта, Минобрнауки, Минздрав и Минтруд утвердили комплекс мер по стимулированию различных групп населения к выполнению нормативов комплекса ГТО. Некоторые из этих мер действительно стали стимулом той или иной группы населения к занятиям физической культурой, некоторые по ряду причин так и не сработали в качестве мотивационного инструмента.

Самыми действенными оказались меры по стимулированию молодёжи и обучающихся. Преференции при поступлении в образовательные учреждения высшего, среднего профессионального и профессионального образования, при наличии золотого знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», а так же установление повышенного размера стипендии в вузах России дали мощный толчок выпускникам школ и студентам к занятиям физкультурой и тренировкам по видам комплекса ГТО. Мотивация в данном случае приобрела признаки внутреннего стимула.

Вместе с тем реализация мер по стимулированию лиц, занятых трудовой деятельностью попала в прямую зависимость от отношения к физической культуре и спорту руководителя организации. Руководитель сам придерживающийся здорового образа жизни и имеющий внутреннюю, личную мотивацию к выполнению нормативов комплекса ГТО активно включает механизмы

стимулирования своих работников к занятиям физической культурой и спортом и принимает меры к поощрению тем или иным способом работников, стремящихся выполнить нормативы комплекса ГТО. Мотивация в таких случаях приобретает признаки внешнего стимулирования.

В методических рекомендациях по мотивации к ведению здорового образа жизни Министерства спорта Российской Федерации [1] приведена таблица внутренних и внешних ресурсов мотивации человека к ведению здорового образа жизни. Рассмотрим ресурсы мотивации, приведенные в данной таблице, применительно к практике внедрения комплекса ГТО в городе Сургуте.

Ресурсы мотивации

	Внутренние (индивидуальные/личные)	Внешние
Стимулы	<ol style="list-style-type: none"> 1) ожидания, надежды, цели, связанные с занятиями ФКиС; 2) наличие собственной мотивации. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) источники информации о возможностях (что? где? когда? зачем?) заниматься ФКиС; 2) поддержка окружающих; 3) мотивация со стороны членов семьи.
Условия	<ol style="list-style-type: none"> 1) собственные знания о возможностях заниматься ФКиС; 2) уровень здоровья, позволяющий заниматься ФКиС; 3) свободное время для занятий. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) спортивные объекты в шаговой доступности; 2) доступная стоимость физкультурно-спортивных услуг; 3) удобное время занятий; 4) качественный сервис; 5) современный инвентарь и оборудование; 6) квалифицированный тренерский состав.

Меры по стимулированию молодёжи и обучающихся, рассмотренные нами ранее, соответствуют внутреннему стимулу «наличие собственной мотивации», в данном случае – получение вышеуказанных предпочтений.

Очевидно, что при определенных условиях внутренняя и внешняя мотивация могут переходить из одной в другую. Так, например, выпускник школы, после успешных тренировок выполнивший нормативы комплекса ГТО и награжденный золотым знаком отличия, кроме дополнительных баллов к результатам ЕГЭ приобрел успешный опыт достижения поставленной цели, развития личностных качеств и приобрел авторитет в глазах сверстников. Велика вероятность, что после поступления в университет он может продолжить занятия спортом и стимулом для него может стать не только повышенная стипендия (личный стимул), но и «поддержка окружающих», направленная на успешное участие в соревнованиях за честь группы, иначе говоря «ожидания окружающих» являющиеся уже внешним стимулом.

Меры по стимулированию лиц, занятых трудовой деятельностью носят на практике скорее добровольно-принудительный характер, но в рассматриваемом случае может быть классифицирована как внешний стимул и наиболее соответствует стимулу «поддержка окружающих». В то же время отсутствие личной заинтересованности человека в собственном физическом самосовершенствовании на первом этапе привлечения к тренировкам, направленным на выполнение нормативов комплекса ГТО не исключает, что при создании соответствующих условий, предоставлении возможности использовать для тренировок современный инвентарь и оборудование под руководством квалифицированного тренерского состава, внешние стимулы могут трансформироваться во внутренние. Могут сформироваться определенные ожидания, надежды, цели, связанные с систематическими занятиями физической культурой и спортом, такие как: выполнить нормативы комплекса ГТО на знак отличия; повысить уровень физической подготовленности, развить определенные двигательные качества, изменить телосложение, стать внешне более привлекательным, восстановить или поддержать здоровье; получить удовольствие от двигательной активности; приобрести специальные умения и навыки; расширить круг общения, приобрести друзей; снять стресс, улучшить эмоциональное состояние; повысить качество производственной деятельности, способство-

вать карьерному росту; быть готовым к преодолению экстремальной ситуации; получить новые впечатления; интересно провести досуг.

Внешняя мотивация, сформированная применением комплекса мер распорядительного характера, таких как приказы об участии в соревнованиях в рамках комплекса ГТО, а так же стимулирующего характера: выплаты, премии, благодарственные письма, почетные грамоты, может перерасти во внутреннюю мотивацию, когда занимающиеся не только активно включаются в процесс тренировок к участию в соревнованиях или тестировании, но в результате занятий под влиянием внешней мотивации происходит становление интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, появляется желание продолжать вести здоровый образ жизни и самодисциплина. Результативные мотивы (ожидание награды, позитивные социальные последствия победы и т. п.) могут объединить внешние и внутренние мотивы и создать устойчивое стремление в достижении лучшего результата. Отметим, что наличие спортивных объектов в шаговой доступности, качественного сервиса, доступная стоимость физкультурно-спортивных услуг максимально способствуют трансформации внешних стимулов во внутренние.

Любопытно, что пол, возраст, уровень образования, род занятий, уровень благосостояния, уровень дохода, социальный слой и место проживания, по мнению исследователей О.В. Тиуновой и Д.А. Фильченкова [1] влияют на формирование личной мотивации населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Чем выше уровень образования, тем более значимы для человека задачи восстановить или поддержать здоровье, изменить телосложение, стать внешне более привлекательным, повысить уровень физической подготовленности, развить определенные двигательные качества, способствовать карьерному росту. С ростом образования уменьшается число тех, кто не имеет никаких стимулов к занятиям или затрудняется их сформулировать.

Практические наблюдения за контингентом участников тестирования в городе Сургуте подтверждают теоретические выводы исследователей. Всего из 2 035 выполняющих нормативы ком-

плекса ГТО в городе Сургуте в 2017 году 81% участники – мужчины, 76% участников имеют высшее образование и уровень дохода выше среднего. В 2018 году центр тестирования города Сургута планирует апробировать ряд мер по стимулированию и мотивации к занятиям физической культурой и выполнению испытаний комплекса ГТО широких слоев населения. Практические результаты проделанной работы в данном направлении станут темой дальнейших исследований опыта реализации комплекса ГТО.

Список литературы:

1. Тиунова О.В., Фильченков Д.А., Мотивация к ведению здорового образа жизни, использованию возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, самосовершенствовании, самовоспитании и социальной адаптации: Методические рекомендации по использованию различных форм мотиваций к ведению здорового образа жизни, использованию возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, самосовершенствовании, самовоспитании, социальной адаптации для информационно-пропагандистской деятельности.

2. [Электронный ресурс] //Министерство спорта Российской Федерации. – 2015. – Режим доступа:<http://minsport.gov.ru/sport/physical-culture/fizga-park/4384>, свободный. – Загл. с экрана. – (Дата обращения:26.11.2017).



Проблемы организационного характера в реализации комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в районах Крайнего Севера

*Анастасия Федоровна Макарова,
заведующий отделом спорта Комитета по культуре
и спорту администрации Березовского района*

Реализация внедрения «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в муниципальном образовании Березовский район состоял из четырех этапов: были приняты нормативно-правовые акты, регулирующие внедрение ВФСК ГТО:

На первом этапе разработан план мероприятий по внедрению ВФСК ГТО утвержденный Распоряжение администрации Березовского района от 22.12.2014 г. № 1227-р «О мерах по сдаче норм физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне», о внесении изменений в распоряжение администрации Березовского района от 22.12.2014 г. № 1227-р «О мероприятиях по сдаче норм физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» в Березовском районе. В соответствии с утвержденным планом мероприятий, направленных на организацию массовых пропагандистских акций по продвижению ГТО в Березовском районе, в течение 2015 года во всех населенных пунктах проводилась работа по пропаганде комплекса ГТО.

В целях координации введения и реализации мероприятий ВФСК ГТО утвержден состав совета по подготовке к сдаче норм физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» в Березовском районе распоряжением администрации березовского района от 12.04.2016 № 162-р «О внесении изменений в распоряжением администрации Березовского района от 22.12.2014 года № 1227-р «О мероприятиях по сдаче норм физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне».

Вторым этапом стало наделение полномочиями Центра тестирования муниципального бюджетного учреждения «Спортивно-тренировочный центр «Виктория» на основании распоряжения администрации Березовского района от 12.04.2016 № 169-р «Об утверждении Положения о Центре тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Березовском районе», а также были определены места тестирования на территории Березовского района (18 мест).

На третьем этапе в 2016 году было обеспечено прохождение обучения специалистов – семинар практикум по теме: «Подготовка спортивных судейских бригад центров тестирования Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» в объеме 72 часа. В курсах повышения квалификации приняли участие работники образования и физической культуры (26 человек).

Со стороны Комитета образования администрации Березовского района также встречено полное понимание и на всех этапах внедрения ВФСК ГТО в Березовском районе:

– приказ комитета образования «О мерах по выполнению мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в образовательных организациях Березовского района на период до 2017 года» от 28.09.2014 г. № 171-од.

В рамках акции общеобразовательными учреждениями Березовского района:

– проведена работа по оформлению школьных информационных стендов «Спортивная жизнь. ВФСК ГТО», «ГТО в действии», «ГТО – путь к успеху!»;

– проведены открытые уроки с изучением теории Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, в том числе и истории ГТО с демонстрацией видеороликов, викторины и конкурсы на тематику ГТО, пробное выполнение нормативов ГТО.

На четвертом этапе с сентября 2016 года организован прием нормативов в первую очередь у выпускников 9, 11 классов

в целях своевременного вручения знаков отличия и удостоверений к ним (за 2016 года получено знаков отличия 35). В 2017 году получили знаки отличия 76 чел.

Центр тестирования в 2017 году начал принятие нормативов ГТО у взрослого населения Березовского района, в выполнении тестов принял участие 181 человек.

Элементы норм ГТО активно внедряются в различные спортивные мероприятия Березовского района (спартакиада трудовых коллективов, спортивные мероприятия, посвящённые Дню молодежи, Дню России, Дню физкультурника и т.д.).

Участие в фестивале всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на муниципальном и окружном уровне.

В процессе организации структуры комплекса ГТО муниципальное образование Березовский район столкнулась с рядом проблем:

1. Необеспеченность центра тестирования и мест тестирования, материально технической базой (маты, ядро легкоатлетическое, лыжи, беговые дорожки, дорожка разметочная для прыжков и метания, табло перекидное) достаточным количеством инвентарем, что не позволяет предоставить должные условия для подготовки и выполнения испытаний и тестов комплекса ГТО.

– отсутствие бассейнов в ОУ;

– недостаточные площади спортивных залов для сдачи норм ГТО;

– отсутствие мест тестирования, соответствующие требованиям методических рекомендаций.

3. Отсутствие штатных единиц в Центре тестирования. Согласно методическим рекомендациям Минспорта России, в центрах тестирования должно быть выделено 3 штатных единицы: руководитель центра тестирования, администратор, главный судья. Сотрудникам МБУ «Спортивно-тренировочный центр «Виктория», на базе которого создан центр тестирования были добавлены функциональные обязанности.

4. Сегодня на территории пгт. Берёзово отсутствует возможность для массового проведения установленного медицинского

осмотра (обследования) для допуска к занятиям физической культурой, массовыми видами спорта и выполнению норм отсутствует специализированный кабинет спортивного врача

5. Большой удаленностью сельских поселений от районного центра нет возможности вывоза несовершеннолетних в Центры тестирования.

6. В Березовском районе места тестирования в удаленных поселках находятся на базе школьных спортзалов. Которые взаимодействуют с Центром тестирования посредством электронной почты, с последующей доставкой почтой России протоколов выполнения норм ГТО и первичной документации в Центр тестирования.

В связи сложной транспортной схемой Березовского района у сотрудников центра тестирования нет возможности выезжать удалённые места тестирования (предлагаем главам поселений создать комиссию по приему норм ГТО). При условии разрешения данной проблемы, позволит эффективно продолжать внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), с предоставлением возможности выполнения норм ГТО на всей территории муниципального района, в том числе в удаленных и трудно доступных поселениях.

Нам предстоит большая работа, и мы уверены, что результатом этой работы станет максимальное количество жителей Муниципального района, приобщенное к занятиям физической культурой и спортом.



Опыт работы с трудовыми коллективами города Сургута по выполнению нормативов комплекса ГТО

*Светлана Александровна Юнг,
МБУ Центр физической подготовки
«Надежда», г. Сургут*

Ключевые слова: комплекс ГТО, трудовой коллектив, физическая культура, нормативы, государственные требования.

Современное развитие общества влечёт за собой возрастание нагрузок, как на психическое, так и на физическое состояние населения. «Здоровье – это обычное состояние духа эмоциональной, психической, физической подготовленности в жизнедеятельности человека, которое создаёт наиболее благоприятные условия для расцвета его личности, его таланта и способностей». Принято считать, что главным фактором здоровья являются: движения, обеспечивающие долголетие; регулярные физические нагрузки, благоприятно влияющие на функционирование органов и систем организма; правильное и рациональное питание, обеспечивающее и поддерживающее работу органов; водные процедуры и закаливание, дающие залог здоровья и бодрость; а также массаж и ежедневный уход за телом.

Физическая культура и спорт, в том числе участие в нормативах комплекса ГТО, дают большие возможности мобилизации жизненно важных свойств организма: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости, морально-волевым качествам, необходимым для преодоления физических, эмоциональных и умственных напряжений. В приказе Министерства спорта Российской Федерации от 08 июля 2014 года № 575 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду

и обороне» (с изменениями от 15 декабря 2016 года № 11283) есть рекомендации к недельной двигательной активности (не менее 8 часов) – это утренняя гимнастика, виды двигательной деятельности в процессе трудовой деятельности, организованные занятия в спортивных секциях (по легкой атлетике, плаванию, лыжам, полиатлону, гимнастике, спортивным играм, фитнесу, единоборствам, атлетической гимнастике, туризму), в группах здоровья и общей физической подготовке, участие в соревнованиях, также самостоятельные занятия физической культурой, в том числе спортивными играми.

С 2016 года началась подготовка к тестированию взрослого населения города Сургута. Центром тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО были направлены письма в градообразующие предприятия города с подробной инструкцией по регистрации на портале gto.ru, также методическими рекомендациями по прохождению тестирования и другой полезной информации о комплексе ГТО. Главной задачей было заинтересовать руководителей, возглавляющих предприятия, к выполнению нормативов комплекса ГТО. Руководители в свою очередь разработали стимулирующие надбавки (премии, дополнительные дни к отпуску) для работников, выполнивших нормативы испытаний на знак отличия. Предприятия города желающие пройти пробное тестирование, и проверить свои силы в выполнении нормативов комплекса ГТО обратились в Центр тестирования.

С 1 января 2017 года начался III этап внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», участие в выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО принимают градообразующие и других предприятий города; работники образовательных организаций; работники физкультурно-спортивных учреждений и жители города, согласно индивидуальным заявкам на выполнение нормативов комплекса ГТО. В организациях были назначены кураторы ГТО, которые подготавливают коллективные медицинские заявки, рабочие протоколы, сопровождают участников тестирования во время выполнения нормативов комплекса ГТО. По итогам заявок был составлен график приема испытаний. Графики составлялись с учетом воз-

растных и сезонных особенностей, а также ресурсных возможностей Центра тестирования. Центром тестирования организованы места тестирования, созданы квалифицированные судейские бригады, обеспечено медицинское сопровождение.

По состоянию на 25 ноября 2017 года количество зарегистрированных жителей города Сургута на портале gto.ru – более 36 000 человек, из которых более 5000 человек – взрослое население.

По предварительным заявкам в системе «АС ФСК ГТО» центра тестирования учтено 2 376 человек, которые приступили к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО.

По результатам проделанной работы участие в тестировании комплекса ГТО в 2017 году приняли 5 крупных предприятий: ООО «ГазпромтрансгазСургут», АО «Тюменьэнерго», филиал АО «Тюменьэнерго» Сургут электрические сети», ООО «Газпром переработка» (спортивный клуб «Барс»), филиал ПАО «ФСК ЕЭС» – магистральные электрические сети Западной Сибири. Также физкультурно-спортивные учреждения подведомственные управлению физической культуры и спорта, департамент образования Администрации города, ИФНС России по Сургутскому району Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и сотрудники прокуратуры ХМАО – Югры.

Самый массовый коллектив, который реализует в своих структурных подразделениях комплекс ГТО – ООО «Газпром трансгаз Сургут». Стоит отметить наличие у предприятия спортивных сооружений, современного инвентаря для занятия физической культурой и спорта, доступность к объектам спорта спортивных сооружений УСС «Факел» и наличие квалифицированного персонала в структурных подразделениях Газпрома – инструкторов по физической культуре в трудовых коллективах.

В АО «Тюменьэнерго» осуществляется пропаганда комплекса ГТО, проводятся торжественные мероприятия посвященные комплексу ГТО.

Однако остается не решенный вопрос.

Согласно приказу Депспорта Югры от 14 декабря 2016 года № 1394 в перечень включены 5 медицинских организаций города. На сегодняшний день только две медицинские организации имеют в наличии не кабинет спортивной медицины, а кабинет здоро-

вья (из которых 1 взрослая (БУ «Сургутская городская поликлиника № 1»); 1 детская (БУ «Сургутская городская поликлиника № 4»). В поликлинику № 1 принимаются граждане Сургута по территориально-участковому признаку; детская поликлиника № 4 принимает всех детей города. Работники градообразующих предприятий могут получить медицинский допуск в закрепленных за ними медицинских учреждениях.

В связи с тем, что медицинский осмотр и допуск выполнения норм ГТО осуществляется по территориально-участковому принципу (по прописке) в соответствии с зоной обслуживания медицинской организации – большая часть жителей города не имеет возможности в ускоренном порядке, имея основную группу здоровья, получить медицинский допуск.

Выдача допусков медицинскими организациями, включенными в приказ здравоохранения ХМАО – Югры, но не открывшими кабинет спортивной медицины – осуществляется, но требует более длительного времени (необходима запись к терапевту, с последующим медицинским осмотром узкими специалистами). Следовательно, снижается количество желающих принять участие в выполнении нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Несмотря на имеющиеся сложности 15 человек взрослого населения по итогам первого полугодия награждены золотыми знаками отличия, среди них депутат Думы города Сургута Виктор Рябчиков. Он делится с начинающими участниками комплекса ГТО, что обычный, среднестатистический гражданин, не занимаясь спортом каждый день, но стараясь больше ходить, не пользоваться лифтом, иногда посещать фитнес-зал вполне может осилить предлагаемые комплексом ГТО тесты, главное – поддерживать физическую активность. И сегодня Виктор Рябчиков продвигает идею движения «Готов к труду и обороне» в стенах Думы города и в трудовых коллективах.

Планируется, что в 2018 году в результате комплекса принятых мер по налаживанию взаимодействия с трудовыми коллективами города Сургута увеличатся как количественные, так и качественные показатели реализации комплекса ГТО среди взрослого населения города Сургута.

Проблемы тестирования лиц с ограниченными возможностями здоровья в рамках всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

*Валентина Сергеевна Сивкова,
начальник отдела физкультурно-массовой работы
БУ ХМАО – Югры «Центр адаптивного спорта»*

Во исполнение пункта 25 Плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на период 2014–2017 годов в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре прошла первая апробация норм ВФСК ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре среди лиц с инвалидностью в декабре 2015 года, в которой приняли участие 105 человек с инвалидностью (57 детей до 18 лет, 48 человек от 18 и старше), из них:

- 63 человека с поражением ОДА,
- 16 человек с нарушением зрения,
- 3 человека с нарушением слуха,
- 23 человека с интеллектуальными нарушениями.

На протяжении 2016/2017 года специалистами регионально-го и муниципальных центров тестирования ВФСК ГТО, а также специалистами БУ «Центр адаптивного спорта Югры» проводилась апробация норм ГТО среди людей с инвалидностью согласно методических рекомендаций от 9 августа 2016 года.

Апробация проходила как на специально организованных мероприятиях для данной категории населения, так и во время плановых спортивно-массовых мероприятиях, включённых в единый календарный план региональных, межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий ХМАО – Югры на 2016/2017 год.

Хочется отметить, что на плановых мероприятиях участие приняло большее количество инвалидов, вследствие того, что

участники имели медицинский допуск. Тестирование проводили на сертифицированных спортивных объектах муниципальных образований автономного округа.

В результате проведенных исследований выполнения норм комплекса ГТО в 4 нозологических группах приняло участие 244 человека:

- среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата – 101 участник (56 мужчин и 45 женщин), в том числе:
 - низкорослые – 0 человек;
 - лица с односторонней или двусторонней ампутацией, или недоразвитием верхних и нижних конечностей – 13 человек (6 мужчин и 7 женщин);
 - лица с последствием травм и заболеваниями спинного мозга – 48 человек (31 мужчина и 17 женщин);
 - лица с прочими заболеваниями ОДА – 40 человек (19 мужчин и 21 женщина);
- среди лиц с интеллектуальными нарушениями – 94 участника (58 мужчин и 36 женщин);
- среди лиц с нарушением слуха – 31 участник (16 мужчин и 15 женщин);
- среди лиц с нарушением зрения – 18 участников (13 мужчин и 5 женщин), в том числе:
 - лица с остаточным зрением – 16 участников (12 мужчин и 4 женщины);
 - лица тотально слепые – 2 участника (1 мужчина и 1 женщина).

В ходе тестирования люди с инвалидностью столкнулись со следующими проблемами:

а) для лиц с церебральным параличом такие виды испытаний как кросс по пересеченной местности, скандинавская ходьба, приседание-вставание, челночный бег, наклон вперед из положения сидя, испытание на гибкость не рекомендуется (невозможно) так как эта категория лиц с выраженной или умеренной параплегией или тетраплегией. Следует обратить внимание, что некоторые лица передвигаются на колясках, поэтому следует предусмотреть в испытаниях на выносливость и на скоростные возможности дистанции с использованием колясок (бобов) для всех возрастных групп. Предлагаем заменить дистанцию 10 м в испытании

скоростных возможностей на 30 м, 60 м, 100 м, 200 м. Данные дистанции из опыта соревновательной деятельности лица с легкой формой ЦП способны преодолеть.

б) для лиц с последствием травм и заболеваниями спинного мозга (инвалиды – колясочники) дистанция 10 м и 30 м является слишком короткой, вышеуказанные дистанции заменить на 100 м и 200 м. Также в испытаниях на выносливость дистанцию 600 м заменить на 800 м. Вид испытания плавание для возрастной категории для 9–10, 60–65 и 70 лет и старше 15 м заменить на 25 м, 11–12 лет на 50 м.

в) лица с односторонней или двухсторонней ампутацией, или недоразвитием верхних и нижних конечностей способны участвовать не только на колясках, а также на спортивных (бытовых) протезах. В связи с этим, нужно предусматривать испытания скоростных возможностей и выносливости не только на колясках. Дистанция 30 м является слишком короткой, данную дистанцию рекомендуем заменить на 100 м и 200 м. В испытаниях на выносливость дистанцию 600 м заменить на 800 м.

А также следует отметить проблему в получении медицинского допуска инвалидов, которая повлекла за собой низкую активность участников, особенно 1, 2, 9 и 10 ступеней, 11 ступень – отсутствует. Отсутствие опыта судейского состава при принятии норм ГТО у лиц с инвалидностью, несоответствие испытаний норм ГТО к уровню физического состояния участников.

Для решения данных проблем необходимо:

- Предусмотреть проведение классификации среди лиц с поражением ОДА при выполнении норм ВФСК ГТО;
- Обучение специалистов (судей) по принятию норм ВФСК ГТО у людей с инвалидностью;
- Упрощение получения медицинского допуска участниками ВФСК ГТО.

При решении вышеизложенных проблем и привлечения большего числа людей с инвалидностью к сдаче норм ВФСК ГТО целесообразно проведение инклюзивных мероприятий (фестивалей) среди здоровых людей и людей с инвалидностью занимающихся физической культурой и спортом, это также увеличит количество испытуемых людей с инвалидностью к сдаче норм ВФСК ГТО.

Оценка уровня физической подготовленности детей с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне»

*А.Ю. Дронь, В.В. Чистова,
БУ ВО ХМАО – Югры «Сургутский государственный
педагогический университет», г. Сургут*

Ключевые слова: всероссийский физкультурно-спортивный комплекс (ВФСК); ГТО; дети с интеллектуальными нарушениями; физическая подготовка.

Особое внимание заслуживают дети с отклонениями в интеллектуальном развитии, что неизбежно ограничивает их индивидуальные возможности жизнедеятельности, социализации, обучения и полноценной жизни в обществе [2].

Дети данной категории испытывают значительные трудности в достижении результатов, предъявляемых ФГОС. Для психического статуса характерны быстрая истощаемость нервных процессов, тяжелые нарушения внимания, повышенная возбудимость, расстройства произвольной деятельности, снижение познавательной активности. В частности, среди основных принципов ВФСК ГТО позиционируется принцип добровольности, реализация которого требует достаточно высокого уровня сформированности мотивации [3].

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» предполагает участие в нем детей и взрослых с отклонениями в состоянии здоровья. Комплекс ВФСК ГТО позволит не только социализировать на новом уровне этих детей, но и реализовать гуманистические идеалы и нормы российского общества, повысить качество жизни всех граждан, а также повысит мотивацию к добровольным занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом (физической культурой и спортом для лиц с отклонениями в состоянии здоровья) может стать

внедрение в практику Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, в котором будут представлены требования к уровню физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом их физического состояния [4,5].

Цель исследования: оценить уровень физической подготовленности детей с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов ВФСК ГТО.

Задачи исследования:

1. Выявить наиболее эффективные тестовые упражнения для оценки уровня физической подготовленности детей с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов ВФСК ГТО.

2. Провести оценку уровня физической подготовленности детей с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов ВФСК ГТО.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

Методы исследования.

Метод педагогического тестирования.

В нашем эксперименте в качестве тестовых упражнений предлагались следующие задания:

– на выявление скоростных способностей – бег на дистанцию 30 м ;

– выносливость – бег на дистанцию 2 км;

– на выявление силы – сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

– гибкость – наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами на полу;

– на выявление скоростно-силовых способностей – прыжок в длину с места двумя ногами;

– на выявление координационных способностей – метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.

Организация исследования

Исследование проводилось в три этапа на базе казенного общеобразовательного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

На первом этапе (сентябрь 2016 г.) проводился анализ тестовых упражнений для оценки уровня физической подготовленности

сти детей с интеллектуальными нарушениями на основе нормативов ВФСК ГТО.

На втором этапе (апрель, октябрь 2017 г.) оценивался уровень физической подготовленности детей среднего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями.

На третьем этапе (ноябрь 2017 г.) обобщались результаты исследования и выводы.

Тестирование уровня физической подготовленности детей проводил инструктор по физической культуре; учителя физической культуры оказывают необходимую помощь в организации этой работы, медицинская сестра осуществляет наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выполнение двигательного задания.

Для определения исходного уровня физической подготовленности детей тестирование осуществлено в рамках занятий по физической культуре [1]. Всем выполняемым упражнениям предшествовала разминка, которая включает ходьбу, бег, дыхательные подготавливающие упражнения, ОРУ. Наиболее объективными показателями уровня развития физической подготовленности детей являются результаты выполнения определенных двигательных тестовых упражнений.

Сравнения результатов тестовых испытаний лиц с интеллектуальными нарушениями за апрель, октябрь 2017 г. с нормами ВФСК ГТО (мальчиков 13–15 лет) представлены в таблице 1. представленные в табл 1 в сравнении с нормативами ВФСК ГТО, свидетельствуют о том, что такие качества, как скоростные, координационные, силовые, а также гибкость и выносливость, развиты на низком уровне.

Сравнивая результаты за апрель и октябрь, можно сделать выводы, о том, что идет улучшение скоростных и силовых качеств, снижение координационных способностей, а показатели качеств выносливости, гибкости и скоростно-силовых способностей остаются без изменений. Тогда как результаты мальчиков с интеллектуальными нарушениями свидетельствуют о необходимости использования метода круговой тренировки для развития перечисленных физических качеств соответствующих нормам показателей ВФСК ГТО.

Таблица 1

**Показатели физической подготовленности мальчиков за апрель,
октябрь 2017 г. (участников эксперимента) 13–15 лет
в сравнении с нормативами ВФСК ГТО**

Тесты	Нормативы ГТО							
	Мальчики в количестве 10 человек							
	Бронза/ количество выпол- нивших норматив %		Серебро/ количество выпол- нивших норматив %		Золото/ количество выпол- нивших норматив %		Без значка	
Месяц	апрель	октябрь	апрель	октябрь	апрель	октябрь	апрель	октябрь
Бег на 30 м, сек	1/10%	1/10%	-	-	1/10%	4/40%	8/80%	5/50%
Бег на 2 км (мин,с)	1/10%	1/10%	-	-	1/10%	1/10%	8/80%	8/80%
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	2/20%	1/10%	2/20%	1/10%	1/10%	3/30%	5/50%	5/50%
Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами(см)	-	1/10%	1/10%	-	1/10%	1/10%	8/80%	8/80%
Прыжок в дли- ну с места дву- мя ногами(см)	-	-	5/50%	5/50%	5/50%	5/50%	-	-
Метание тен- нисного мяча в цель, дистанция 6 м(количество попаданий,% от максимума)	2/20%	1/10%	1/10%	2/20%	5/50%	2/20%	2/20%	5/50%

Результаты тестов мальчиков с интеллектуальными нарушениями.

Сравнения результатов тестовых испытаний лиц с интеллектуальными нарушениями за апрель, октябрь 2017 г. с нормами ВФСК ГТО (девочки 13–15 лет) представлены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели физической подготовленности девочек за апрель, октябрь 2017 г. (участников эксперимента) 13–15 лет в сравнении с нормативами ВФСК ГТО

Тесты	Нормативы ГТО							
	n= 5							
	Бронза/ количество выпол- нивших норматив %		Серебро/ количество выпол- нивших норматив %		Золото/ количество выпол- нивших норматив %		Без значка	
Месяц	апрель	октябрь	апрель	октябрь	апрель	октябрь	апрель	октябрь
Бег на 30 м, сек	2/40%	-	-	-	1/20%	2/40%	2/40%	3/60%
Бег на 2 км (мин, с)	-	-	-	-	-	-	5/100%	5/100%
Сгибание и раз- гибание рук в упоре лежа на полу (количе- ство раз)	1/20%	-	1/20%	-	-	-	3/60%	5/100%
Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами(см)	1/20%	-	1/20%	1/20%	2/40%	-	1/20%	4/80%
Прыжок в длину с места двумя ногами(см)	-	1/20%	2/40%	1/20%	2/40%	3/60%	1/20%	-
Метание теннис- ного мяча в цель, дистанция 6 м(количество попаданий, % от максимума)	4/80%	1/20%	-	1/20%	1/20%	-	-	3/60%

Проанализировав результаты девочек с интеллектуальными нарушениями, представленных в табл 2 в сравнениями с нормативами ВФСК ГТО, были выявлены существенные различия свидетельствующие о том, что такие качества как скоростные, координационные, силовые, а также гибкость и выносливость развиты на низком уровне.

По результатам сравнения тех же показателей физических качеств за апрель и октябрь, можно сделать выводы, о том, что идет улучшение скоростных и скоростно-силовых качеств, снижение силовых, координационных качеств, а так же гибкости.

В то время как показатели качеств выносливости остаются без изменений.

Результаты девочек с интеллектуальными нарушениями свидетельствуют о необходимости использования метода круговой тренировки для развития перечисленных физических качеств соответствующих нормам показателей ВФСК ГТО.

Выводы

1. Выявлены наиболее эффективные тестовые упражнения для оценки физической подготовленности детей с интеллектуальными нарушениями с учетом норм ВФСК ГТО на основе физических возможностей двигательных функций детей. Из всех предложенных тестов, были отобраны 6 наиболее информативных тестов для получения знака отличия норм ГТО.

2. Для данной категории лиц на наш взгляд, необходим уклон на развитие скоростных, силовых, координационных качеств, а так же гибкости и выносливости. Результаты тестов детей с интеллектуальными нарушениями свидетельствуют о том, что необходимо внедрение методики на развитие физических качеств. Более эффективным является круговой метод, позволяющий улучшить физические качества и способности учащихся с интеллектуальными нарушениями.

Список литературы:

1. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: метод. рекомендации [сост. С.В. Аলেখина]; отв. ред. С.В. Аলেখина. – М.: МГППУ 2012. – 92 с.

2. Аракчеева О.В. Создание условий в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях, способствующих социальной реабилитации и интеграции в общество детей с ограниченными возможностями здоровья средствами физкультуры и спорта / О.В Аракчеева // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Всероссийская научно-практическая конференция. – Екатеринбург, 2014. – С. 12–15.

3. Луковенко Т.Г. Проблемы подготовки детей и подростков с нарушениями речи к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в условиях инклюзивного образования / Т.Г. Луковенко, Т.Р. Тенкачева // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Всероссийская научно-практическая конференция. – Екатеринбург, 2014. – С. 71–74.

4. Сабуров В.В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в системе образования детей с ограниченными возможностями здоровья / В.В. Сабуров // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Всероссийская научно-практическая конференция. – Екатеринбург, 2014. – С. 112–115.

5. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Указ Президента РФ от 24 мая 2014 г. № 172. URL: http://www.csi-ugra.ru/upload/iblock/4c5/metod_rekomendacii_bfck.pdf.

СЕКЦИЯ 3.

ПОДГОТОВКА УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ТРЕБОВАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО



Модель организации работы центров тестирования населения в рамках внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

*Геннадий Викторович Коротков,
специалист регионального центра тестирования
АПОУ ХМАО – Югры «ЮКИОР»*

Аннотация. В статье представлена модель организации работы центров тестирования населения по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в рамках внедрения комплекса ГТО, созданных в структуре имеющихся физкультурно-спортивных организаций во всех муниципальных образованиях Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Ключевые слова: ВФСК ГТО, центр тестирования населения, администратор АИС ГТО, судья ГТО.

Введение. В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 01 декабря 2014 года № 954/1 «Об утверждении Порядка создания Центров тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта и Положения о них» [2], впоследствии был отменён и Приказом Министерства спорта РФ от 21 декабря 2015 года № 1219 «Об утверждении порядка создания центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

и положения о них» [3] был утверждён новый порядок создания центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Также утверждено новое положение о центре тестирования по выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО.

Установлено, что центры тестирования создаются путем учреждения НКО или реорганизации другой НКО такой же организационно-правовой формы, а также в результате реорганизации в форме преобразования юридического лица другой организационно-правовой формы.

Учредителями центра тестирования, так же как и раньше, могут быть Министерство спорта России, орган государственной власти субъекта Федерации, орган местного самоуправления. Центр создается как бюджетное или автономное учреждение.

Решение о создании центра тестирования в регионе принимается учредителем с учетом рекомендации координационного органа по внедрению комплекса ГТО. Координационный орган готовит рекомендацию о необходимости создания центра тестирования и направляет ее учредителю для рассмотрения.

Решение о создании такого центра оформляется правовым актом учредителя. Последний определяет источник финансирования деятельности центра, а также структуру, штатное расписание и порядок наделения его имуществом.

В перечень задач центра тестирования, дополнительно включена оценка выполнения нормативов испытаний комплекса ГТО населением и представление лиц, выполнивших нормативы комплекса ГТО, к награждению знаком отличия.

Также центры тестирования теперь будут готовить представления о награждении знаками отличия комплекса ГТО лиц, выполнивших нормативы испытаний; тестированием лиц, из числа граждан, подлежащих призыву на военную службу, обучающихся в подведомственных Минобороны России образовательных организациях, и гражданского персонала воинских формирований.

Центр тестирования теперь обязан обрабатывать персональные данные участников тестирования в соответствии с законодательством России в области персональных данных.

В автономном округе создание центров тестирования началось с выходом Распоряжение заместителя Губернатора ХМАО – Югры от 07 мая 2015 года № 98-р [6].

За 2015 год, в структуре имеющихся физкультурно-спортивных организаций во всех 22 муниципальных образованиях Ханты-Мансийского автономного округа – Югры было создано 26 муниципальных центров тестирования (по 2 в г. Нягань, г. Лангепас, Белоярский район, Октябрьский район), (в 2017 году один центр в г. Лангепасе был закрыт).

Цель исследования – обобщить опыт работы центров тестирования населения в рамках внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», взаимодействия с региональным центром тестирования и создать модель организации работы муниципального центра тестирования.

Организация исследования проводилась на территории 22 муниципальных образований автономного округа, приняло участие 26 центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Результаты исследования – организация работы муниципального центра тестирования проходила в несколько этапов.

На первом этапе внедрения комплекса ГТО, в 2015 году, администрациями или органами управления физической культурой и спортом муниципальных образований, распорядительными документами, были учреждены, в структуре имеющихся физкультурно-спортивных организаций, муниципальные центры тестирования.

Вторым шагом стала разработка и подписание 30 ноября 2015 года, соглашений между Департаментом физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и администрациями муниципальных образований автономного округа [4], по участию в организационно-экспериментальном этапе внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). В дальнейшем дополнительным соглашением между АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов» и Департаментом физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, были

добавлены следующие функции: предоставление руководителям центров тестирования инструкцию пользователя при подключении АРМ и мобильных устройств к АИС ВФСК ГТО; требования для подключения АРМ и мобильных устройств – документ, включающий в себя технические требования для подключения АРМ и мобильных устройств; анкету для пользователей административного интерфейса информационной базы данных и Всероссийского интернет портала (www.gto.ru), необходимый для сбора информации о пользователях АИС ВФСК ГТО; инструкцию по развертыванию абонентского пункта «ViPNet» на компьютерах пользователей информационной системы персональных данных; доступ пользователям в административный интерфейс АИС ВФСК ГТО. Всего за 2016–2017 годы федеральным оператором ХМАО – Югре было предоставлено 50 справочно-ключевых дистрибутивов VIP-NET [1].

Третьим этапом стало создание центров тестирования: утверждение штатной структуры, отмечается ощутимая динамика обеспечения кадрами. Так, в 2015 году появились 4 ставки (региональный центр тестирования), в 2016 году количество ставок увеличилось до 52, а в 2017 году количество ставок достигло уже 65; должностных обязанностей; положение о центрах; внесение изменений в устав учреждений о предоставляемых видах работ; материально-техническое обеспечение, необходимое для работы в административном интерфейсе АИС ВФСК ГТО и принятия нормативов комплекса. На первых порах благодаря федеральной [5] и окружной субсидии были осуществлены поставки самого необходимого инвентаря и оборудования.

Следующим, этапом стал подбор, обучение сотрудников и судей, которое ежегодно организывает и проводит региональный центр тестирования на основании ЕКП и федеральной субсидии [7], в 2015 году было охвачено более полутысячи потенциальных судей, в 2016 году – прошли обучение уже только 400 человек входящих в составы судейских бригад, в 2017 году обучение прошли главные судьи, секретари и старшие судьи, всего 168 человек; внесения изменений в бюджет; составление планов работы; определения мест тестирования, заключения соглашений с их собственниками.

Пятым этапом становления работы послужило создание координационного совета по введению и реализации мероприятий ВФСК ГТО, решениями которого появилась возможность преодоления межведомственных барьеров. Чем раньше создавался такой совещательный орган, тем быстрее и слаженнее проводилась работа по внедрению комплекса.

Завершающим этапом является организация подготовки и тестирования жителей автономного округа, проведения Фестивалей ВФСК ГТО для различных слоёв населения: Летний и Зимний фестиваль, семейный, ведомственный, для взрослых и детей, и так далее. Проводятся комплексные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, в которые включены мероприятия по оценке выполнения нормативов комплекса ГТО. Внесение данных в АИС ГТО. Приём и выдача знаков ВФСК ГТО.

Но начиналось всё с проведения в мае 2015 года «Единой декады ГТО» в рамках Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященного 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов [6]. Декада проходила в три этапа. В ней приняло рекордное количество участников 32 254 школьника! Первыми получившими знаки ГТО в автономном округе были 8 членов сборной команды Югры – участники всероссийского этапа.

Заключение: полученные результаты работы центров тестирования населения в рамках внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», позволяют создать модель организации работы муниципального центра тестирования в ХМАО – Югре.

Разработка модели направлена на повышение эффективности исследуемого процесса за счет того, что она: обеспечивает целостность, направленность процесса и включает мотивационный и оценочный компоненты; развертывает процесс физкультурно-спортивной деятельности во времени и способствует взаимодействию государственных и общественных структур на дальнейшее развитие системы физической культуры и массового спорта с учётом потребностей региона.

Выявлены совокупности условий, необходимых и достаточных для эффективности процесса внедрения ВФСК ГТО, к которым относятся: нормативно-правовая база, планирование управлением процесса, комплекс мер по стимулированию населения, методики по подготовке населения к выполнению нормативов и требований ВФСК ГТО, объекты для апробации и принятия нормативов, судейские бригады по принятию нормативов; выявлена зависимость результатов выполнения испытаний (тестов) от качества проведения мероприятий по тестированию.

Значимость исследования заключается в том, что разработана модель организации работы муниципального центра тестирования – это собирательный образ в идеальном варианте, на этом примере, имеется перспективная возможность её применения в различных муниципальных образованиях автономного округа и дальнейшего совершенствования.

Показана важность своевременного воздействия на становление рабочего механизма работы центра тестирования.

Полученные данные расширяют представление о возможностях к подходу моделирования механизма внедрения физкультурно-спортивного комплекса.

Вывод: предложены средства и методы для использования в построении модели организации работы муниципального центра тестирования в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре в целях повышения эффективности средств физической культуры. Результаты исследования использовались в автономном округе и могут быть использованы в других северных регионах Российской Федерации. Выявлены особенности работы муниципальных центров тестирования, их подготовленность и возможности. Материалы могут быть использованы для построения модели в любом регионе страны.

Список литературы:

1. Автоматизированная информационная система Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» – URL: <https://admin.gto.ru/admin/> (дата обращения 30.11.2017).

2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 1 декабря 2014 года № 954/1 «Об утверждении Порядка созда-

ния Центров тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта и Положения о них».

3. Приказ Министерства спорта РФ от 21 декабря 2015 года №1219 «Об утверждении порядка создания центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и положения о них».

4. Приказ Депспорта Югры от 25 ноября 2015 года № 262 «Об утверждении соглашения с муниципальными образованиями Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по оптимизации действий в решении задач по осуществлению организационно-экспериментального этапа внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

5. Распоряжение Правительства ХМАО – Югры от 27 марта 2015 года № 138-рп ««О Соглашении, о предоставлении в 2015 году субсидии из федерального бюджета бюджету субъекта Российской Федерации на реализацию мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в рамках подпрограммы «Развитие физической культуры и массового спорта» государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта».

6. Распоряжение заместителя Губернатора ХМАО – Югры от 7 мая 2015 года № 98-р «О проведении в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре «Единой декады ГТО» в рамках Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, посвященного 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов».

7. Соглашение между Министерством спорта Российской Федерации и Правительством ХМАО – Югры от 7 июля 2016 года № 362 «О предоставлении субсидии из федерального бюджета бюджетам субъектов Российской Федерации на реализацию мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Мониторинг физической подготовленности детей дошкольного возраста на основе результатов выполнения испытаний комплекса ГТО

*А.В. Фурсов,
кандидат педагогических наук, доцент;*

*Н.И. Синявский,
доктор педагогических наук, профессор;*

*А.В. Петракова,
студентка факультета ФКиСБУ
«Сургутский государственный педагогический университет»*

Ключевые слова: результаты физической подготовленности, дети дошкольного возраста, нормативы I ступени комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), онлайн-технология.

Введение. Одной из главных задач внедрения в образовательный процесс ВФСК ГТО является получение объективной информации об уровне физической подготовленности населения [5, 6,]. Между тем, полученные данные о выполнении нормативов Комплекса ГТО в ряде случаев выявили проблемы, связанные с недостаточным уровнем развития физической подготовленности детей дошкольного возраста [2, 3, 4, 5, 7].

Цель исследования – получение объективной информации об уровне физической подготовленности детей дошкольного возраста I ступени по результатам выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Организация исследования. Выполнение нормативов детьми дошкольного возраста г. Сургута 6–8 лет I ступени комплекса ГТО проводилось с 01.09.2016 по 31.08.2017.

Полученные данные по нормативам Комплекса ГТО были обработаны при помощи онлайн-технологии www.rosinwebc.ru [1]. Выборка результатов тестирования составила 251 учащийся дошкольного возраста принявших участие добровольно в выполнении нормативов Комплекса ГТО по программе I ступени.

Результаты исследования и их обсуждение. Представленные результаты на рис. 1 позволили получить данные о выполнении тестов соответствующих нормативов I ступени Комплекса ГТО детьми дошкольного возраста.

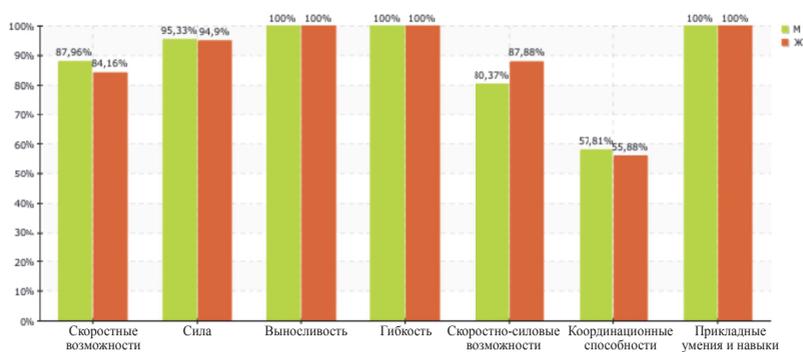


Рис. 1. Результаты мониторинга физической подготовленности учащихся I ступени комплекса ГТО (6–8 лет)

Скоростные способности у мальчиков дошкольного возраста I ступени Комплекса ГТО были проверены в беге на 30 м у 108 участников. На золотой знак отличия выполнили 44 мальчика в возрасте 6–8 лет, что составляет в процентном соотношении 40,7%. На серебряный знак с испытанием справились 38 мальчиков дошкольного возраста, что составляет 35,2%. Выполнили нормы Комплекса ГТО на бронзовый знак 13 участников или 12%. У мальчиков 6–8 лет, не выполнивших норматив ГТО «Бег на 30 м», оценивающий скоростные способности составило 13 участников, что составляет в процентном соотношении 12%. Всего выполнивших данный норматив I ступени у мальчиков составило 95 участников, что соответствует 88%.

На золотой знак отличия среди 101 девочки дошкольного возраста количество сдавших тест «Бег на 30 м» составило 46, что составляет в процентном соотношении 45,5%. На серебряный знак с испытаниями у девочек 6–8 лет справились 36 участниц, что составляет в процентном соотношении 35,6%. Выполнили норматив «Бег на 30 м» на бронзовый знак комплекса ГТО

3 девочки или 3%. Девушек, не справивших с нормативом ГТО «Бег на 30 м», оценивающий скоростные способности составило 16 участниц, что в процентном соотношении составляет 15,8%. Всего выполнивших норматив «Бег на 30 м» I ступени у девочек составило 85 участниц, что соответствует 84,2%.

В испытании силовых способностей норматив на золотой знак отличия выполнил 84 мальчика дошкольного возраста, что составляет в процентном соотношении 78,5%. На серебряный значок с испытаниями справились 15 мальчиков в возрасте 6–8 лет, что составляет в процентном соотношении 9,6%. Выполнили норматив на бронзовый знак 3 участника соответственно 3%. В оценке силовых способностей, не выполнивших норматив, составило 5 мальчиков, что соответствует 5%. Всего, выполнивших норматив комплекса ГТО I ступени у мальчиков, оценивающий силовые способности составило 102 участника, что соответствует 95,3%.

На золотой знак отличия норматив в испытании силовых способностей выполнили 74 девочки дошкольного возраста, что составляет в процентном соотношении 75,5%. На серебряный знак с испытаниями справились 18 девочек в возрасте 6–8 лет, что составляет в процентном соотношении 18,4%. Выполнили норматив на бронзовый знак Комплекса ГТО 1 участница – 1%. Не выполнивших норматив ГТО, оценивающий силовые способности составило 5 девочек, что соответствует – 5,1%. Всего выполнивших норма комплекса ГТО I ступени у девочек составило 93 участниц, что соответствует 94,9%.

На золотой знак отличия в испытании на гибкость выполнили – 62 мальчика дошкольного возраста, что составляет в процентном соотношении 59,6%. На серебряный знак выполнили 42 мальчика в возрасте 6–8 лет, что в процентном соотношении составляет 40,4%. Всего выполнивших норма комплекса ГТО I ступени у мальчиков составило 104 участника, что соответствует 100%.

На золотой знак отличия в испытании на гибкость выполнили норматив 75 участниц, что составляет 76,3%. На серебряный знак с испытаниями справились 42 девочки в возрасте 6–8 лет, что в процентном соотношении составляет 40,4%. Всего выпол-

нивших норма комплекса ГТО I ступени у девочек составило 98 участниц, что соответствует 100%.

На золотой знак отличия в испытании скоростно-силовых способностей выполнили – 33 мальчика, что составляет в процентном соотношении 30,8%. На серебряный знак с испытаниями справились 47 участников, что составляет в процентном соотношении 43,9%. На бронзовый знак выполнили нормы Комплекса ГТО мальчиков – 5,6%. Не выполнивших норматив ГТО количество мальчиков, составило 21 участника или 19,6%. Всего выполнивших норматив на определения в I ступени у мальчиков составило 86 участников, что соответствует 80,4%.

На золотой знак отличия, в тесте оценивающий скоростно-силовые способности у девочек выполнили – 34 участницы, что составляет в процентном соотношении 34,3%. На серебряный значок с испытаниями справились 43 участницы, что составляет в процентном соотношении – 43,4%. На бронзовый знак отличия выполнили нормативы Комплекса ГТО 10 участниц или 10,1%. Не выполнивших норматив составило 12 девочек или 12,1%. Всего выполнивших норма комплекса ГТО I ступени у девочек составило 87 участниц, что соответствует 87,9%.

Наиболее низкие результаты были выявлены в испытании при определении уровня развития координационных способностей дошкольников в I ступени. Так в испытании (тест) «Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м.» у мальчиков норматив золотого знака отличия выполнили 4 (6,3%) участника и у девочек 1 (2,9%) участниц. С испытаниями на серебряный знак справились 7 (10,9%) мальчиков. У девушек аналогичные нормативы выполнили соответственно 6 (17,7%) участниц. Нормы бронзового знака выполнили 26 (40,6%) участников-мальчиков и 12 (35,3%) девочек. Не выполнили нормативы 27 (42,2%) мальчика и 15 (44,1%) девочек. Всего выполнивших норма комплекса ГТО I ступени у мальчиков составило 37 участников из выполнявших 64 человека, что соответствует 57,8% и у девочек 19 участниц из выполнявших 34, что соответствует 55,8%.

Вывод. Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, прежде всего, о том, что в настоящее время количество

детей 6–8 лет дошкольного возраста, способных выполнить испытания I степени комплекса ГТО, к сожалению, невелико.

Вместе с тем в ходе анализа данных установлено, что достаточно большое число ребят способны выполнить испытания на необходимый уровень (в том числе на «золотой» знак), но не могут выполнить одно или два испытания, что не позволяет им в данный момент претендовать на искомый знак отличия ГТО.

Наиболее проблемные испытаниями в I степени Комплекса ГТО у мальчиков так и у девочек являются координационные, силовые и скоростно-силовые способности. Поэтому в образовательную деятельность «Физическая культура» дошкольных образовательных учреждений необходимо включить раздел, направленный на подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Список литературы:

1. Онлайн-сервис «АС ФСК ГТО» как инструмент тьютора в подготовке школьников к выполнению нормативов комплекса ГТО в образовательных организациях / Фурсов А.В., Синявский Н.И., Дмитриева Е.В., Тиунова Т.А. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта». – 2017. – № 5 (147). – С. 172–175.

2. Правдов М.А. Комплексный тест для оценки двигательного и психического развития детей дошкольного возраста / Правдов М.А., Правдов Д.М., Никифоров Ю.Б. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 6 (148). – С. 192–196.

3. Семенов Л.А. Анализ состояния кондиционной физической подготовленности детей, поступающих в первый класс, в контексте реализации федеральных государственных образовательных стандартов / Л.А. Семенов // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 1(131). – С. 208–213.

4. Семенов Л.А. Состояние кондиционной физической подготовленности детей-выпускников дошкольных образовательных организаций в контексте реализации требований ФГОС // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – № 1. – С. 26–29.

5. Сиявский Н.И. Мониторинг физической подготовки детей дошкольного возраста к выполнению нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО / Н.И. Сиявский, А.В. Фурсов, А.А. Камартдинова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 6 (124). – С. 177–182.

6. Сиявский Н.И. Выполнение школьниками нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / Сиявский Н.И., Фурсов А.В. // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 8. – С. 94–95.

7. Снигур М.Е. Оценка кондиционных физических качеств детей 6–8 лет по обязательным нормативам комплекса ГТО // Теория и практика физической культуры. – 2017.– № 8. – С. 99–100.

Оценка физической подготовленности школьников по нормативам всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

*А.В. Фурсов,
кандидат педагогических наук, доцент;*

*Н.И. Синявский,
доктор педагогических наук, профессор;*

*С.С. Воронцов,
магистрант факультета ФКиС;*

*З.И. Омарова,
магистрант факультета ФКиС*

БУ «Сургутский государственный педагогический университет»

Ключевые слова: физическая подготовленность, школьники I–VI ступени, испытания по нормативам комплекса ГТО.

Введение. Исследования состояния здоровья и оценки физической подготовленности учащихся, а также вовлечение их в систематические занятия спортом призван решать физкультурно-спортивный комплекс ГТО, утвержденный Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» [2, 5].

В настоящее время выстраивается система по организации и проведению тестирования по выполнению испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у учащихся, которая включает выполнение нормативов в центрах тестирования, в летних или зимних фестивалях

различного уровня и других организационно-пропагандистских мероприятий, позволяющих оценить уровень физической подготовленности учащейся молодежи [1].

Цель исследования – оценка физической подготовленности обучающихся I–VI ступени в выполнении нормативов Комплекса ГТО.

Методы и организация исследования. Исследование государственных требований по нормативам физкультурно-спортивного комплекса ГТО школьников I и 6 ступени проходило в центре тестирования на территории муниципального образования г. Сургута. Заявлено участников по центру тестирования МБУ ЦФП «Надежда» по выполнению государственных требований комплекса «ГТО» тестирования за период с 01.01.2016 по 31.12.2016 8338 учащихся, из них 4 054 девочки и 4 282 мальчика.

Результаты тестирования были обработаны с помощью научно-технической разработки «АС ФСК ГТО» расположенной на информационном ресурсе www.rosinwebc.ru [3,4].

На площадках муниципального центра тестирования было протестировано учащихся 6–8 лет I возрастной ступени Комплекса ГТО 1 140 мальчиков и 944 девочки, II ступени – 1 296 мальчиков и 1 261 девочка, III ступени – 629 мальчиков и 606 девочек, V ступени – 1 138 юношей и 1 161 девушка, VI ступени – 79 юношей и 82 девушки.

Результаты исследования. В результате проведенного исследования в выполнении государственных требований к уровню физической подготовленности среди учащихся 6–8 лет I ступени комплекса ГТО у 1 140 мальчиков отличились на золотой знак – 13 участников, что составляет 1,1%.

С государственными требованиями по физической подготовленности на серебряный значок справились 220 мальчиков, что соответствует 19,3%. На бронзовый значок выполнили нормы по физической подготовленности 72 учащихся – 6,3%. Количество мальчиков, не выполнивших государственных требований к уровню физической подготовленности комплекса ГТО составило 847 участников, что соответствует 73,2% (рис. 1).

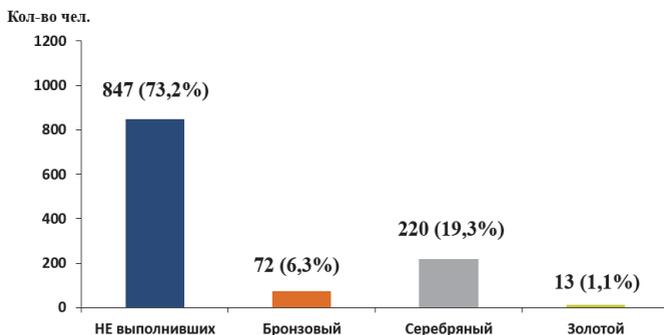


Рис. 1. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет), мальчики

С государственными требованиями к уровню физической подготовленности среди школьников 6–8 лет I ступени комплекса ГТО из 944 девочки норматив на золотой знак отличия выполнили 16 человек (1,7%), на серебряный знак выполнили норматив 127 участниц (13,5%), на бронзовый знак отличия справились 39 учащихся (4,1%). Не выполнили государственные требования к уровню физической подготовленности на присвоение значка от общего числа – 761 девочка (80,6%) (рис. 2).

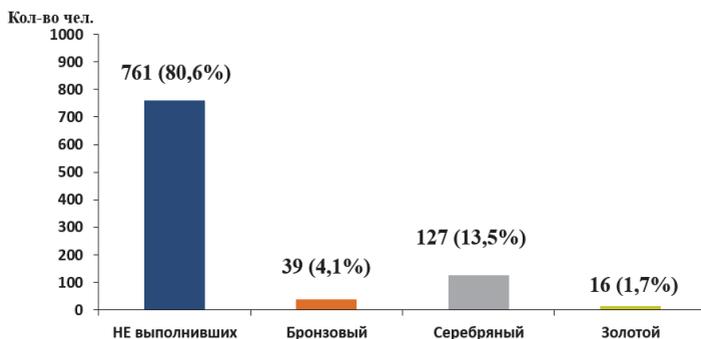


Рис. 2. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет), девочки

В ходе исследования уровней физической подготовленности у 1 296 мальчиков 9–10 лет II ступени комплекса ГТО было

выявлено, что на золотой знак отличия справились 3 участника, что составляет 0,2%. С испытаниями государственных требований к уровню физической подготовленности на серебряный значок продемонстрировали 183 мальчика, что в составляет 14,1%. На бронзовый значок государственные требования к уровню физической подготовленности Комплекса ГТО выполнили 57 учащихся или 4,4%. Количество мальчиков, не выполнивших государственных требований к уровню физической подготовленности комплекса ГТО составило 1 053 участника, что соответствует 81,1% (рис. 3).

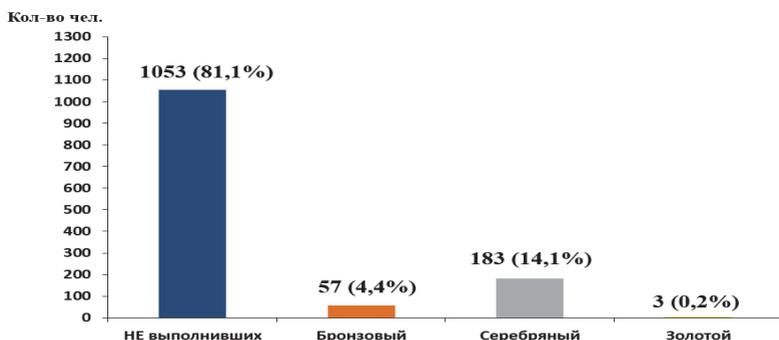


Рис. 3. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет), мальчики

С нормативами государственных требований к уровню физической подготовленности среди девочек 9–10 лет II ступени комплекса ГТО из 1 261 участницы с нормативами на золотой знак отличия справились 16 (1,3%). С государственными требованиями к уровню физической подготовленности на серебряный отличились 166 школьниц или 13,2%. С норматив государственных требований к уровню физической подготовленности на бронзовый знак 82 участницы или 6,5% справились. Не выполнили государственные требования к уровню физической подготовленности комплекса ГТО на присвоение значка отличия от общего числа участниц – 994 девочки или 78,8% (рис. 4).

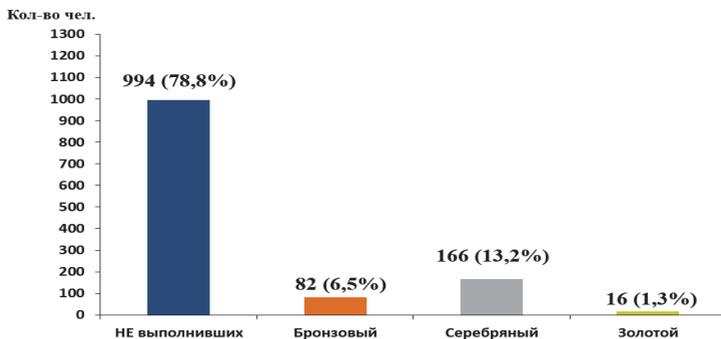


Рис. 4. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет), девочки

С нормативами III ступени государственных требований на золотой знак отличия у мальчиков 629 участников справились 14 (2,2%), на серебряный знак выполнили государственные требования 88 (14,0%), норматив государственных требований на бронзовый знак отличия выполнили 49 школьников (7,8%). Не выполнили государственные требования на присвоение значка отличия от общего числа 403 участника (64,1%) (рис. 5).

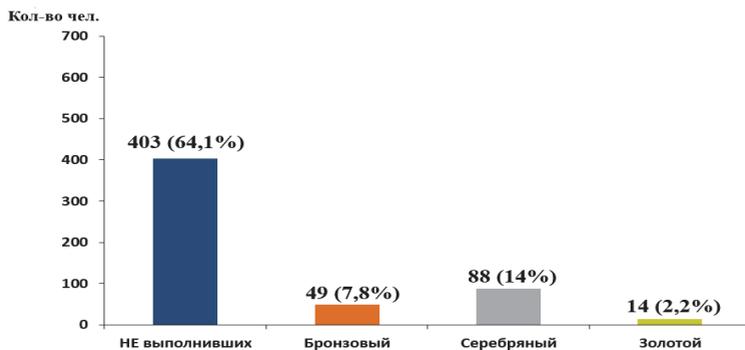


Рис. 5. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет), мальчики

С нормативами физической подготовленности государственных требований на золотой знак отличия справились 14 девочек (2,0%), на серебряный знак выполнили государственные требования по физической подготовленности 79 участниц (13,0%),

норматив государственных требований на бронзовый знак отличия – 56 (9,2%). Не выполнили государственные требования по физической подготовленности на присвоение значка отличия от общего числа 425 участниц (70,1%) (рис. 6).

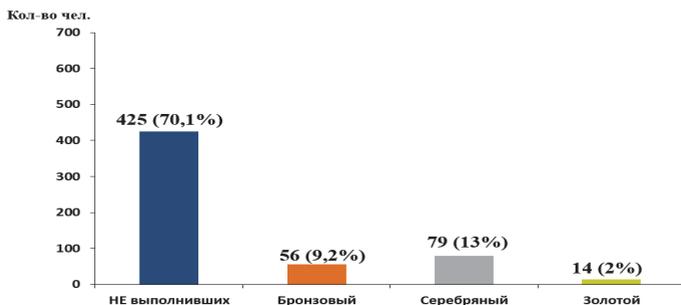


Рис. 6. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет), девочки

С нормативами государственных требований по физической подготовленности на золотой знак отличия у юношей V ступени 1 138 участников справились 63 (5,5%), на серебряный знак выполнили государственные требования по физической подготовленности 149 участников (13,1%), норматив государственных требований по физической подготовленности на бронзовый знак отличия выполнили 74 школьника (6,5%). Не выполнили государственные требования по физической подготовленности на присвоение значка отличия от общего числа 821 участник (72,1%).

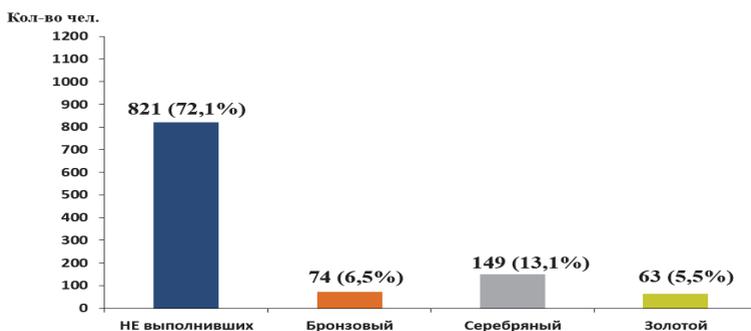


Рис.7. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, V ступень (возрастная группа от 16 до 17 лет), юноши

С нормативами государственных требований по физической подготовленности на золотой знак отличия из 1 161 девушки V ступени справились 72 участницы (6,2%), на серебряный знак выполнили государственные требования по физической подготовленности 129 девушек (11,1%), норматив государственных требований по физической подготовленности на бронзовый знак отличия выполнили 56 школьниц (4,8%). Не выполнили государственные требования по физической подготовленности на присвоение значка отличия от общего числа 847 участницы (73,0%).

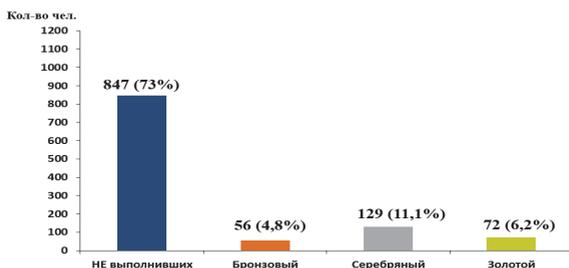


Рис. 8. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, V ступень (возрастная группа от 16 до 17 лет), юноши

С нормативами государственных требований по физической подготовленности на золотой знак отличия у юношей VI ступени 79 участников справились 1 (1,3%), на серебряный знак выполнили государственные требования по физической подготовленности 10 учащихся (12,7%), норматив государственных требований по физической подготовленности на бронзовый знак отличия выполнили 14 школьников (17,7%). Не выполнили государственные требования по физической подготовленности на присвоение значка отличия от общего числа 50 участников (63,3%).

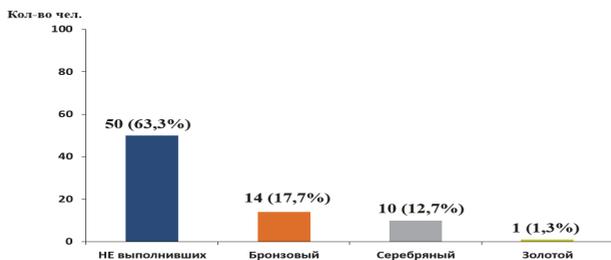


Рис. 9. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, VI ступень (возрастная группа от 18 до 24 лет), юноши

С нормативами государственных требований по физической подготовленности на золотой знак отличия 82 девушек VI степени справились 2 участницы (2,4%), на серебряный знак выполнили государственные требования по физической подготовленности 5 девушек (6,1%), норматив государственных требований по физической подготовленности на бронзовый знак отличия выполнили 3 школьницы (3,7%). Не выполнили государственные требования на присвоение значка отличия от общего числа 71 участница (86,6%).

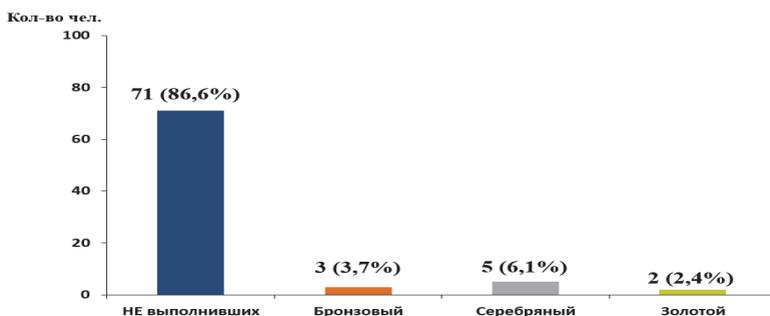


Рис. 10. Результаты выполнения нормативов Комплекса ГТО, VI степень (возрастная группа от 18 до 24 лет), девушки

Для учащихся V и VI степени доведена была информация о поощрении обучающихся, выполнивших нормы и требования золотого, серебряного знаков отличия, дающие преимущества при приеме в вузы за окончание школы. Принятые меры оказали положительное воздействие на стимулирование обучающихся 9–11 классов к самосовершенствованию и самоопределению, улучшению личных результатов, повышению мотивации к занятиям физической культурой и спортом и в выполнении государственных требований по физической подготовленности на знаки отличия.

Вывод. В целом по муниципальному образованию г. Сургута выполнили уровень золотого знака отличия 213 учащихся или 3,5% из них 95 мальчиков и 118 девочек. Выполнили уровень серебряного знака отличия 1 158 участников или 19,1% из них 652 мальчика и 506 девочек. Выполнили уровень бронзового знака отличия 502 участника, что соответствует 8,3%, из них 266 маль-

чиков и 236 девочек. Не справились с выполнением нормативов 4179 учащихся что, соответствует 69,1% из них 2 169 мальчиков и 2 010 девочек.

Список литературы:

1. Симонова Е.А. Оценка физической подготовленности школьников к выполнению норм ВФСК «Готов к труду и обороне» / Симонова Е.А., Дмитриева С.В. // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 12. – С. 21–23.

2. Синявский Н.И. Результаты выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися II ступени образовательных организаций / Синявский Н.И., Фурсов А.В., Власов В.В. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – 2016. – 9 (139) – С. 197–200.

3. Синявский, Н.И. Online-технологии в системе подготовки школьников к выполнению нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» / Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, К.Г. Иванов, О.С. Фокина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 6.– С. 49–52.

4. Фурсов А.В. Из опыта применения онлайн-технологии в подготовке учащихся к выполнению нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / Фурсов А.В., Синявский Н.И. // Культура физическая и здоровье. – 2016. – Т. 57. – № 2. – С. 19–22.

5. Фурсов А.В. Результаты мониторинга выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися старших классов образовательных организаций / Фурсов А.В., Синявский Н.И. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – 2016. – 5 (135). – С. 231–236.

Отношение студентов высших учебных заведений к участию в выполнении нормативов комплекса ВФСК «ГТО»

*Н.И. Сияневский,
доктор педагогических наук, профессор;
А.В. Фурсов,
кандидат педагогических наук, доцент;
Н.Н. Гереза,
преподаватель кафедры физ. воспитания, аспирант;
О.Н. Кизаев,
преподаватель кафедры физ. воспитания,
аспирант БУ «Сургутский государственный
педагогический университет»*

Ключевые слова: студенты, отношения к ВФСК ГТО, формирование здорового образа жизни, нормативы VI ступени комплекса ГТО.

Введение. Ступени комплекса ГТО содержат нормативы, которые выявляют степень развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости). Дополнительно включены и требования, определяющие уровень развития скоростно-силовых способностей, координации и овладение прикладными навыками (плавание, бег на лыжах, стрельба, метание и т.д.). И только хорошая физическая форма позволяет выполнить виды испытания (тесты) комплекса ГТО [3]. Огромное значение в решении указанного аспекта деятельности возлагается на мотивацию участников комплекса ГТО [1, 2, 4, 5]. Именно мотивация является началом активного, серьезного, позитивного отношения к ведению здорового образа жизни и выполнению нормативов Комплекса ГТО.

Цель исследования – выявить у студентов мотивацию к ведению здорового образа жизни и участию в Комплексе ГТО, оценить состояние физической подготовленности студентов по нормативам ВФСК ГТО.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базе Сургутского государственного педагогического университета. В социологическом опросе (анкетирование) участвовала группа респондентов из числа студентов в количестве 235 чел. Для проведения социологического исследования была разработана автономная версия электронной анкеты, которая преобразована в форму Google при помощи соответствующего инструмента создания онлайн-опросников. В социологическое исследование были включены вопросы, входящие в проводимые Министерством спорта Российской Федерации опрос населения по вопросу развития физической культуры и спорта в системе образования (опрос для обучающихся).

В предложенной респондентам анкете были обозначены вопросы, определяющие мотивацию к ведению здорового образа жизни и выполнению нормативов Комплекса ГТО. Студентам было необходимо на сайте: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd8IyLTYMs0eVJ1qGodOmtrIKZND7PYm_1OBODUVFvg6-LQ/viewform?usp=sf_link ответить на вопросы.

Результаты исследования. На вопрос: «Как Вы считаете, изменилось ли Ваше здоровье за прошедший год?» получены ответы: 20,4% – значительно улучшилось, 28,5% – немного улучшилось, 30,2% – не изменилось, 18,7% – немного ухудшилось, 2,1% – считают, что значительно ухудшилось.

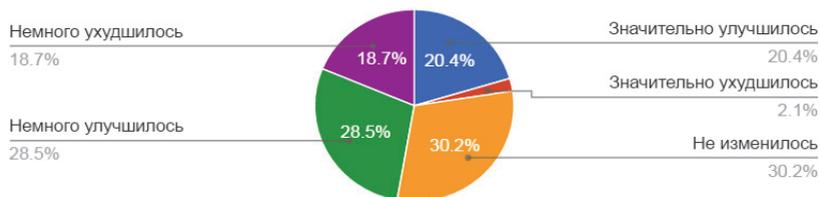


Рис. 1. Субъективная оценка своего здоровья студентам

На вопрос: «Как часто Вы занимаетесь физической культурой самостоятельно?» студенты дали, следующие ответы: 8,2% – каждый день, 21% 3–4 раза в неделю, 35% – 1–2 раза в неделю, 17% 1–3 раза в месяц, 18,8% отметили, что не занимаются самостоятельно.

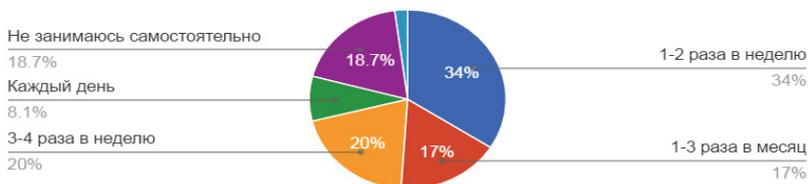


Рис. 2. Частота занятий физической культурой студентами самостоятельно

На вопрос: «Посещали ли Вы тренажерные залы или фитнес-клубы в последние 6 месяцев и как часто?» получены следующие ответы: 3,8% – да, каждый день, 29,8% – да, 2–3 раза в неделю, 16,2% да, 1–2 раза в месяц или реже, 44,3% – нет, 6% студентов – затруднились ответить.

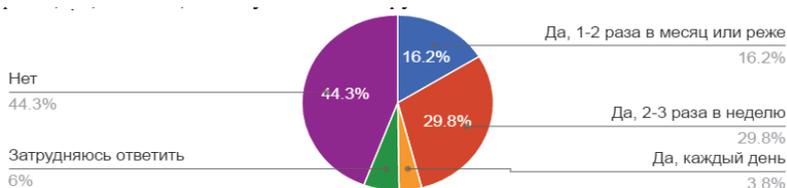


Рис. 3. Посещение тренажерных залов или фитнес-клубов

На вопрос о вредных привычках «Курите ли Вы и как часто в последние 6 месяцев?» студенты дали следующие ответы: 17% – да, каждый день, 4,7% – да, 2–3 раза в неделю, необходимо отметить, что 77,3% ответили – нет и 1,3% – затруднились ответить.

На вопрос: «Употребляли ли Вы спиртные напитки (включая пиво) в последние 6 месяцев и как часто?» получены следующие ответы: 4,3% 2–3 раза в неделю, 49,8% – да, 1–2 раза в месяц или реже, 45,1% – нет, 0,9% – затруднились ответить.

На вопрос «Есть ли у Вас хроническое заболевание?» были получены ответы: 21,7% – да, 73,2% – нет, 5,1% – затруднились ответить.

О соблюдении режима питания студентами были получены следующие ответы: 22,6 – да, 51,1% – отметили нет, 26,4% – не уверены.

На вопрос «Как часто в последние 6 месяцев Вы питались в предприятиях быстрого питания» получены следующие ответы студентов» 19,6% 2–3 раза в неделю, 70,6% 1–2 раза в месяц, 8,2 % ни разу.

О ведении здоровый образ жизни были получены следующие ответы: 35,7 да, 48,9% – нет, 15,3% затруднились ответить.

На вопрос о выявлении утверждения о здоровом образе жизни, где необходимо было указать, что означает популярными оказались ответы: 1) позволяет чувствовать себя лучше, 2) делает меня внешне более привлекательным, 3) соблюдение принципов ЗОЖ делает меня лучше других 4) соблюдение принципов ЗОЖ делает меня физически сильнее.

В вопросе, где необходимо было оценить фразу по пятибалльной шкале «Я веду здоровый образ жизни» ответы по значимости были таковы: 1) чтобы лучше себя чувствовать и меньше устать; 2) чтобы быть более привлекательным (-ой); 3) для профилактики заболеваний; 4) чтобы выполнить испытания ГТО; 5) потому что так делают мои друзья; 6) потому что так делает семья; 7) потому что это модно; 8) потому что так делают звезды и знаменитости; 9) потому что это необходимо для моей работы.

На вопрос: «Известно ли Вам о развитии современного комплекса ГТО?» получены были ответы: 78,7% отметили да, 21,3% нет.

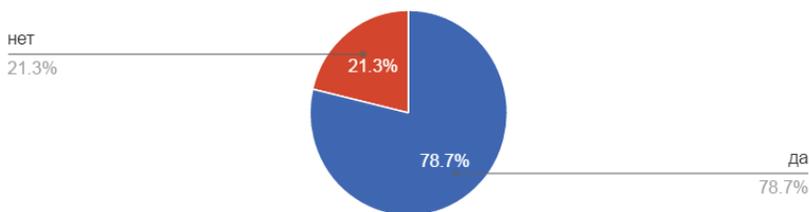


Рис. 4. Информированность студентов о развитии современного комплекса ГТО?

Известны ли Вам нормативы ГТО для Вашей возрастной группы были получены следующие ответы: 80,4% – да и 19,6% нет.

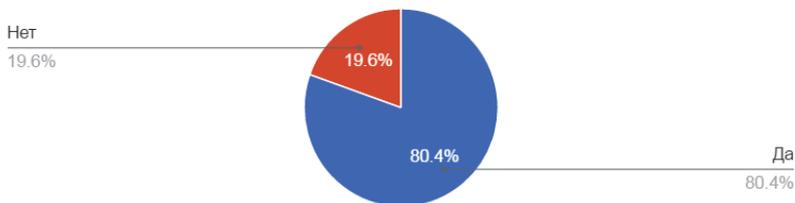


Рис. 5. Информированность студентов о нормативах ГТО для их возрастной группы.

На вопрос: «Хотели бы Вы попробовать выполнить нормативы ГТО?» 43% ответили да, 37,4% высказались, нет и 19,6% затруднились ответить.

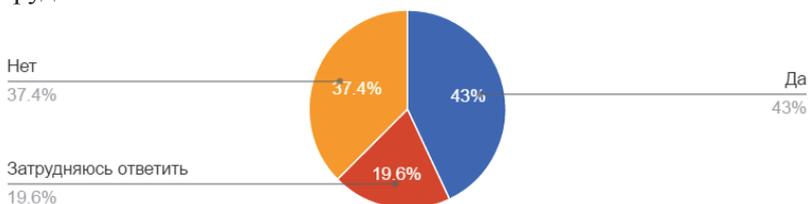


Рис. 6. Намерение студентов выполнить нормативы ГТО?

Согласно полученным нами результатам все респонденты осведомлены о том, что такое комплекс ГТО. По нашему мнению, такая высокая осведомленность уже позволяет говорить об актуальности возрождения данного физкультурного комплекса.

На вопрос «Оцените фразу по пятибалльной шкале 1 – абсолютно не согласен, 2– скорее не согласен, 3 – точно не знаю, 4 – скорее согласен, 5 – абсолютно согласен) «Я хотел бы попробовать выполнить испытания ГТО...»): ответы по значимости были таковы: 1) чтобы узнать возможности своего организма, 2) чтобы провести время вместе с друзьями и знакомыми, 3) чтобы получить почетную грамоту, 4) чтобы моей семье объявили благодарность, 5) чтобы поучаствовать в фестивале ГТО и познакомиться с новыми людьми, 6) чтобы получить льготный абонемент в фитнес-клуб (тренажерный зал), 7) чтобы получить денежное вознаграждение за знак, 8) чтобы получить знак из рук знаменитости, 9) чтобы оказаться на доске почета своей организации (учебного заведения), 10) потому что мои старшие родственники имеют знаки ГТО.

В ходе опроса об отношении студентов к ВФСК ГТО и выполнению его нормативов были получены суждения: 34% опрошенных положительно относятся к комплексу ГТО и согласны проверить свою физическую подготовленность, 18% – скорее положительно относятся, 26% студентов имеет нейтральное отношение, 8% студентов – скорее отрицательное отношение, 8% респондентов отметили абсолютно отрицательное отношение и не готовы сдать нормативы 6% не знают, что такое комплекс ГТО.

О введении дополнительных видов испытаний в комплекс ГТО 97,2% студентов отзываются отрицательно, а лишь 2,8% считают, что необходимостью введения дополнительных виды испытаний в комплекс ГТО.

На вопрос о популяризации комплекса ГТО в образовательной организации получены следующие ответы: размещены стенды с тестами и нормативами комплекса ГТО отметили 52,7% респондентов, 68,2% отметили, что проводятся различные физкультурно-оздоровительные мероприятия; 1,8% ответили, что ведется другая работа.

В ходе опроса было выявлено, что вести информационно-пропагандистскую деятельность о комплексе ГТО среди сверстников в настоящее время готовы лишь 37,3%, и не готовы 62,7% студентов.

Анализ результатов выполнения нормативов Комплекса ГТО VI ступени представленный на рис. 7 в тестах выявил неоднозначный уровень физической подготовленности студенток педагогического вуза. Полученные данные констатируют реальную картину развития кондиционных физических качеств у студентов VI ступени Комплекса ГТО в педагогическом вузе.

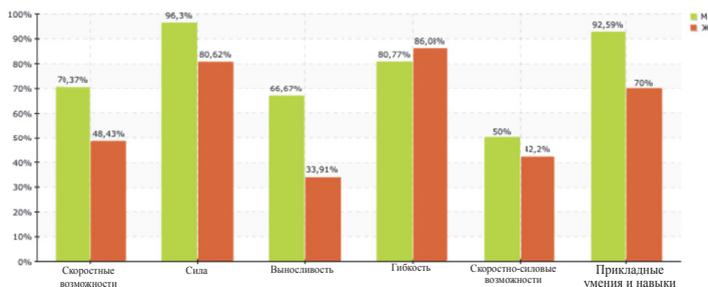


Рис. 7. Результаты мониторинга физической подготовленности студентов ступени комплекса ГТО (18–24 года)

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, прежде всего, о том, что в настоящее время количество студентов, способных выполнить испытания VI ступени комплекса ГТО на золотой знак отличия – 4,8%, на серебряный знак – 7,3%, на бронзовый знак – 16,8% и не справились с нормативами 71,2%. Вместе с тем в ходе анализа данных установлено, что достаточно большое число студенток способны выполнить испытания на необходимый уровень (в том числе на «золотой» знак), но не могут выполнить одно или два вида испытания (теста) по оценке выносливости или скоростно-силовых возможностей, что не позволяет им в данный момент претендовать на искомый знак отличия ГТО.

Вывод. В результате социологического исследования было выявлено желание студентов соревноваться, выполнение нормативов комплекса ГТО нужно проводить в форме фестивалей, спортивных праздников, с привлечением студенческой самодеятельности и выступлениями спортсменов. Необходимо ответить, что подавляющее большинство студентов отметило эстетическую составляющую, а именно желание улучшить свою фигуру и хорошо выглядеть, как самый сильно выраженный мотив к занятиям физической культурой, в том числе участие в выполнении нормативов комплекса ГТО. В результате опроса было выявлено, что большая часть студентов не регулярно занимаются физической культурой и спортом 1–2 раза в неделю, при этом половина опрошенных не пользуются услугами спортивных сооружений. Наиболее проблемными испытаниями в VI ступени Комплекса ГТО являются нормативы, определяющие уровни развития выносливости, скоростно-силовых и силовых способностей. Полученные данные физической подготовленности студентов показывают о необходимости реализации систематических занятий физической культурой и спортом для достижения соответствующего уровня знака отличия комплекса ГТО.

Список литературы:

1. Отношение школьников к внедрению физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / Синявский Н.И., Фурсов А.В., Белозерова С.Ю. // В сборнике «Фундаментальные и прикладные исследования физической культуры, спорта, олимпизма: тенденции и инновации»: материалы I Всероссийской научно-практической конференции. – 2017. – С. 285–289.

2. Иванова Н.Л., Синявский Н.И., Фурсов А.В. Отношение студентов к внедрению комплекса ГТО в образовательный процесс Тюменского индустриального института // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2 (144). – С. 85–89.

3. Индивидуальные особенности возрастного развития и мотивация к реализации двигательной активности студентов / Ревенко Е.М. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2 (144). – С. 205–211.

4. Медведкова Н.И. Социологический опрос женщин о выявлении отношения к здоровью и выполнению нормативов комплекса ГТО / Медведкова Н.И., Медведков В.Д., Зотова Т.В. // Электронный научно-образовательный вестник «Здоровье и образование в XXI веке». – 2017. – Т. 19. – № 3. – С. 43–46.

5. Механизм взаимодействия центра тестирования, малого инновационного предприятия и образовательных организаций в рамках внедрения комплекса ГТО / Фурсов А.В., Синявский Н.И. // В сборнике «Актуальные проблемы физического воспитания, здорового и безопасного стиля жизни в образовательных учреждениях»: материалы Всероссийской научно-практической конференции / Под редакцией Т.В. Кугушевой. – 2017. – С. 160–164.

Пути решения сохранения работоспособности мужчин 2-го зрелого возраста (35–45 лет) с помощью комплекса упражнений при подготовке к выполнению нормативов комплекса ГТО

*Максим Сергеевич Константинов,
специалист регионального центра тестирования
АПОУ ХМАО – Югры «ЮКИОР»*

Ключевые слова: 2-й зрелый возраст, комплекс «ГТО», физическая подготовленность.

Аннотация. В статье рассматривается теоретическое обоснование необходимости разработки методики использования специального комплекса упражнений, обеспечивающего подготовку к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) мужчинами 2-го зрелого возраста. Исследование проводилось на базе муниципального бюджетного учреждения «Спортивный комплекс «Дружба» (далее – МБУ «СК «Дружба») и автономного профессионального образовательного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «ЮКИОР».

Введение. Подчеркнута В.В. Путиным значимость возвращения к выполнению нормативов комплекса ГТО с учетом новых условий жизнедеятельности, изменившейся политической ситуации, заключается в том, чтобы поднять систему физического воспитания на качественно новый уровень [1]. В настоящее время количество людей второго зрелого возраста значительно возросло.

Данный возрастной период (35–45 лет) отличается существенными изменениями, обусловленными закономерным снижением показателей здоровья, жизненных сил; ухудшением параметров фенотипического статуса, снижением уровня физической подготовленности, умственной и физической работоспособности [3].

Результаты научных исследований располагают достаточной информацией о возможности замедления темпов старения организма путём рационального использования средств физической культуры и спорта.

Увеличение объёма двигательной деятельности до оптимального для каждого индивида позволяет улучшить ведущие параметры здоровья, сохранить привлекательный имидж, обеспечить подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО, даёт возможность повысить самооценку, самовосприятие, как способ управления психоэмоциональным состоянием. Это актуализирует проблему повышения эффективности использования специального комплекса упражнений, обеспечивающей решение задач укрепления здоровья, сохранения умственной и физической трудоспособности на фоне приобретения высоких профессиональных навыков производственной деятельности [2].

Анализ научной и научно-методической литературы показал, что проблема поддержания здоровья, умственной и физической трудоспособности посредством активизации двигательной деятельности требует поиска новых направлений в использовании средств физической культуры, повышающих их эффективность. Это обусловило противоречия между пониманием необходимости приобщения мужчин 35–45 лет к систематическим занятиям физической культурой и отсутствием методики эффективной подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО, а так же решению задач укрепления здоровья, улучшения фенотипического статуса, повышения умственной и физической трудоспособности.

Цель исследования – теоретическое и практическое обоснование эффективности использования комплекса ГТО в подготовке мужчин 35–45 лет (VII (2) – VIII (1) ст.) как средства физической подготовки, мотивации и пропаганды комплекса.

Организация исследования данное исследование осуществлялось на базе муниципального Центра тестирования ВФСК ГТО города Ханты-Мансийска МБУ «СК «Дружба» и АПОУ ХМАО – Югры ЮКИОР [4].

В эксперименте приняли участие мужчины 2-го зрелого возраста (35–45 лет/VII (2) – VIII (1) ст.) в количестве 30 человек.

Были организованы две группы контрольная (КГ) – 15 человек и экспериментальная (ЭГ) – 15 человек. На начало эксперимента из общего количества участников успешно выполнить испытания на знак отличия комплекса ГТО не удалось никому. По итогам результатов обследования и тестирования был выявлен неудовлетворительный уровень физической подготовленности участников. В КГ тренировочные занятия проводились по традиционной методике в соответствии с возрастом и показателями физической подготовленности занимающихся. Занятия проводились 2–3 раза в неделю с использованием спортивных тренажеров и плавательного бассейна. В ЭГ использовался разработанный нами специальный комплекс упражнений на основе оптимального соотношения аэробного и анаэробного компонентов, что позволило включить в содержание тренировочных занятий силовой направленности разнообразные беговые упражнения, а также другие виды двигательных действий циклического характера [4].

Результаты исследования:

На первом этапе удалось оптимизировать уровень мотивации к подготовке участников в достижении целей обеих групп. Оценив свою актуальную физическую и морально-волевую подготовленность минимальным результатом на окончание всего эксперимента был установлен «бронзовый» знак отличия комплекса ГТО для всех участников.

На втором этапе разработана модель повышения эффективности физкультурно-оздоровительных занятий на основе оптимального соотношения аэробного и анаэробного компонентов. Осуществлена теоретическая и практическая подготовка для проведения педагогического наблюдения; определены тесты для оценки показателей двигательной активности мужчин 35–45 лет, физической подготовленности, функционального состояния занимающихся. Определены исходные показатели физической работоспособности с использованием тестирования по нормативам ГТО, а также уровень функционального состояния мужчин зрелого возраста.

На третьем этапе исследования проведен педагогический эксперимент с последующим анализом полученных результатов;

проведена обработка данных исследования, подтверждающая научную гипотезу положительной динамики показателей физической подготовленности и функционального состояния, что было обусловлено применением разработанной нами методики использования специального комплекса упражнений [4].

В деятельности мужчин 35–45 лет с низким объёмом двигательной активности значительное место должны занимать физические упражнения, связанные с перемещением в пространстве и времени. Способность к дифференцированию пространственно-временных параметров позволяет устанавливать микроинтервалы времени, что необходимо для быстроты реакции.

В комплексную оздоровительную тренировку включались силовые упражнения в сочетании с циклической нагрузкой на выносливость аэробного характера. Оптимальным сочетанием силовых и аэробных упражнений является их использование через определенные интервалы времени. Например, при двухразовых занятиях, утром целесообразно выполнять упражнения аэробного характера, а вечером – силовой направленности. Составной частью методики занятий являются критерии оценки функционального состояния занимающихся в их динамике, основными из них являются показатели ЖЕЛ, МПК, ЧСС, динамометрия; мышечной силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости [2].

Эффективность занятий силовыми физическими упражнениями с целью формирования оптимального для мужчин 35–45 лет морфофункционального имиджа, определяется обеспечением их комплексного воздействия на развитие мышечной силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия; укрепления осанки и т.д.

Одним из наиболее доступных и перспективных видов двигательной деятельности, оказывающим разностороннее влияние и корректирующее воздействие на организм, является атлетическая гимнастика, особенностью которой является направленность на совершенствование мышечной системы общего и локального характера, что находит своё выражение в разностороннем развитии, укреплении определенных мышечных групп: голени, бедра, брюшного пресса, плечевого пояса рук. При этом одновременно

с общим укреплением мышц и развитием пропорционального телосложения происходит улучшение функциональных показателей. Эффективность тренировочной нагрузки для мужчин второго зрелого возраста достигается сочетанием динамических, статических, силовых и смешанных упражнений в аэробном и анаэробном режимах [3].

Выводы

Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО являются:

а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

б) повышение уровня физической подготовленности населения (в редакции Постановления Правительства Российской Федерации от 30.12.2015 г. № 1508);

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

В нашей работе мы выявили ведущие мотивы физкультурно-оздоровительной деятельности, управление мотивационной сферой в тренировочном процессе обусловило увеличение показателей физической подготовленности. Ведущими мотивами выбора атлетической гимнастики для улучшения и сохранения оптимальных для данного возраста показателей здоровья явились: приобретение навыков самостоятельного использования средств физической культуры, выполнение нормативов комплекса ГТО на знаки отличия.

Как итог из 30 участников тестирования 15 из экспериментальной группы выполнили нормативы на знаки отличия комплекса ГТО достоинством от «бронзового» до «золотого» знаков и повысили свой функциональный уровень физической подготовки. В контрольной группе лишь 4 участника справились с выполнением испытаний комплекса и претендовали на «бронзовые» и «серебряные» знаки.

Список литературы:

1. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2014/03/26/gto-dok.html> (дата обращения 07.11.2017).

2. Астранд И.О. Оздоровительные эффекты физических упражнений / П.О. Астранд, И.В. Муравов // Валеология. – 2004. – № 2. – С. 64–70.

3. Евграфов И.Е. Повышение физического состояния мужчин второго зрелого возраста средствами физической культуры: дис. ... пед. наук 13.00.04 / И.Е. Явфафов. – Набережные Челны, 2010. – 169 с.

4. Константинов М.С. Использование специального комплекса упражнений для подготовки к выполнению нормативов ГТО мужчин зрелого возраста: маг., дис. 49.04.03 / В.Н. Лузгин. – Ханты-Мансийск, 2017. – 84 с.

По тропе здоровья к знаку ГТО (туристический поход)

*В.Д. Беженарь,
АУ ПО «Ханты-Мансийский технологи-
кологический колледж», г. Ханты-Мансийск*

Введение. Каждый из нас хочет быть сильным, бодрым, энергичным! Часто можно услышать в разговоре о занятии физической культурой и спортом, что я мол веду здоровый образ жизни и не употребляю вредными привычками. Но современные люди мало двигаются, взрослые проводят целый день в офисах и автомобилях, дети – в школах и дома за компьютерами. От малоподвижного образа жизни здоровье населения ухудшается.

Проблема здоровья российских граждан тесно связана с таким показателем как продолжительность жизни. К сожалению, по этому показателю Россия занимает 129 место в мире среди 191 страны.

Актуальность выбранной темы обусловлена возрождением в Российской Федерации национальной идеи, направленной на улучшение здоровья, повышение уровня физической подготовки и патриотическое воспитание граждан. В практической реализации данной национальной идеи трудно переоценить роль образовательных организаций, призванных создать условия для обучения, воспитания и развития подрастающего поколения.

В марте 2013 года на совещании по развитию детско-юношеского спорта Президент РФ В.В. 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 серьезно не изменилась.

После принятия Указа Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов

к труду и обороне» (ГТО)» был принят ряд нормативно-правовых актов на федеральном и региональном уровнях, регламентирующих процедуру введения комплекса ГТО. Но при этом до настоящего момента не разработан практико-ориентированный механизм внедрения ВФСК ГТО.

Комплекс упражнений ГТО содержит практически весь упрощённый курс физической подготовки молодого бойца в армии. Чтобы выполнить норматив золотого знака ГТО, надо быть выносливым, быстрым, уметь ориентироваться на местности, уметь стрелять, обладать силой и ловкостью. Конечно, ГТО не будет готовить таких воинов, которых готовит армия, но обладателям знаков ГТО будет гораздо легче приспособиться к службе в армии, поскольку базовые навыки, необходимые для службы, у них уже будут сформированы.

Подготовка и участие в выполнении норм ГТО позволит создать условия для укрепления здоровья студентов, воспитания волевых качеств, развития стремления к победе и уверенности в своих силах. Во время соревнований дети получают не только радость от своих результатов, но и учатся переживать за товарищей, а также чувствуют себя маленькими участниками огромной команды спортсменов России. В настоящее время активность и заинтересованность со стороны населения отсутствуют.

Регулярные прогулки по «Тропе здоровья» помогут сберечь и укрепить здоровье. Но такие Тропы должны быть в шаговой доступности, чтобы каждый житель района, будь то пенсионер, или молодая мама с ребенком, или целая семья могли в любой момент зайти на тропу.

Создавая благоприятные условия для занятий на природе, каковой является Тропа здоровья, мы включаемся в работу по бережному отношению к природе в масштабах всей страны, так как 2017 год Министерство образования и науки объявлен годом экологии и особо охраняемых природных территорий в Российской Федерации.

Гипотеза: предполагается, что подготовка населения по туристскому походу на знак ГТО будет более эффективной и доступной, если:

– расположить места тестирования по туристским навыкам на Тропе здоровья;

- оборудовать места тестирования с естественными и искусственными препятствиями;
- разработать комплексы заданий по проверке теоретических знаний и практических навыков.

Документация похода. Для оформления документов туристского похода необходима сама нитка маршрута.

Основным документом для однодневных походов является Маршрутный лист (Форма № 3-Тур) [1] на основании которого производится зачёт нормативов на значок «Турист России, «Юный турист» и значок ВФСК ГТО. Для категорийных походов оформляется Маршрутная книжка (Форма № 5-Тур) и Справка о зачёте прохождения туристского спортивного маршрута (Форма № 6) [3] на основании которых присваиваются спортивные разряды, и засчитывается сдача норм золотого знака отличия ГТО без проверки туристских навыков.

Требования к маршрутам. Длина маршрутов для туристского норматива комплекса ГТО в соответствии с требованиями к ступеням – 5, 10 и 15 км.

Согласно Правил проведения соревнований спортивных походов участнику засчитывается маршрут пройденный один раз. Следовательно нитку маршрута необходимо составить так, чтобы она не повторялась. Существуют различные варианты построения маршрутов: линейный, кольцевой, радиальный и комбинированный.

Для разработки нитки маршрута на небольшой территории лучше использовать комбинированный вариант, так как он может объединять любые варианты. Например, по форме: древовидный, ромашка, паутина и тому подобные.

Учитывая особенности Западносибирской низменности наша территория находится в зоне дикой тайги. А фактически жилые районы расположены в лесной зоне, то есть в тайге. И для того чтобы совершить поход не надо никуда уезжать. Действительно в шаговой доступности имеются все препятствия, необходимые для тестирования, это заболоченные участки, чащобные и буреломные участки, лес с различными категориями трудности по проходимости и высокотравье с кочками и др.

При Составлении нитки маршрута необходимо учитывать установленные государственные требования к дистанции в частности не пересекать запретные опасные места. Из существующих норм и требований, возникает необходимость в разработке и маркировки туристских маршрутов для комплекса ГТО, которые бы располагались в шаговой доступности, стали интересны и привлекательны для свободного посещения не только студентов, но и всего населения, живущего рядом.

Цель марки – поддерживать у туриста уверенность в правильном движении по маршруту, который подсказывается обычно направлением дороги, тропы, лыжни.

Формат марки. Нормальный (основной) – 180x240 мм. Ширина стороны поставленного на угол цветного квадрата – 125 мм.



Красный квадрат – однодневный маршрут, на котором могут встречаться отдельные естественные препятствия. Протяжённость маршрута – более 15 км.



Синий квадрат – общедоступный однодневный маршрут протяжённостью, как правило, более 10 км.



Зелёный квадрат – общедоступный маршрут протяженностью обычно менее 10 км или маршрут экскурсионного характера.



Жёлтый квадрат – то же, что в предыдущий, а также маркировка трасс туристского норматива комплекса ГТО [2].

Практическая значимость. Студентами Ханты-Мансийского технолого-педагогического колледжа свершаются категориальные походы по пешеходному, лыжному или водному туризму. Как правило, это группы от 15 до 25 человек по одному походу в год. Это практическая реализация целевой учебной программы подготовки кадров. Для зачёта теста комплекса ГТО «Туристский поход» свершенные категориальные походы подходят, и на основании справок, выданных Маршрутной квалификационной комиссией, им засчитывается тест. Но в данном случае речь идёт не только о качественной подготовке, но и массовом, и эффективном подходе к решению вопроса подготовки и выполнении теста на знак ГТО.

В настоящее время ведётся работа по оборудованию «Тропы здоровья с элементами туризма» в лесном массиве, прилегающим к территории учебного корпуса колледжа по ул. Уральская, 13 в районе Учхоза. Основой служит разработанная и приведена в рабочее состояние лыжная трасса протяжённостью около 2-х километров по форме кольца.

Подготовка лыжни ведётся снегоходом «Буран» и специальным оборудованием для классического хода. Кроме студентов колледжа, занимающихся на трассе во время занятий по физкультуре, постоянно присутствует местное население: занимаюсь скандинавской ходьбой, кроссовой подготовкой, прогулкой с детьми и просто ходьбой по лесным тропам. Всё это даёт право на протяжении последних трёх лет констатировать факт, что «Тропа здоровья» не дань моде, а жизненная необходимость без исключения для всех слоев населения. Идея оборудовать «Тропу здоровья» элементами туризма возникла после проведения соревнований по туристской технике, с использованием естественных и искусственных препятствий.

Таким образом, оборудовав «Тропу здоровья» элементами туризма, взяв за основу тестовые задания, разместив их в форме «кольца» создадим условия для тренировочных занятий, проведения соревнований или проверки навыков по тестам ГТО. Пропускная способность при такой форме будет прямо пропорциональна увеличению тестовых заданий по видам испытаний, их количеству и разнообразием содержания для разных возрастов.

Метод проведения соревнований в форме замкнутого кольца в туризме применяется на слётах и называется «Поляна заданий» (Приложение № 1). Документом (протоколом) для фиксации результатов тестирования может быть Зачётная маршрутная книжка (Приложение № 2).

Предложенный вариант на расстоянии от 300–500 до 1500–2000 метров даст возможность использовать в качестве препятствий элементы природной среды, а протяжённость прибавить к общей длине маршрута.

Список литературы:

1. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. – 5-е изд. испр. – М.: Издат. центр «Академия», 2013. – 224 с. – (Сер. Бакалавриат).

2. Маркировка туристских маршрутов. Методические рекомендации – 2-е издание. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986. – 67 с.

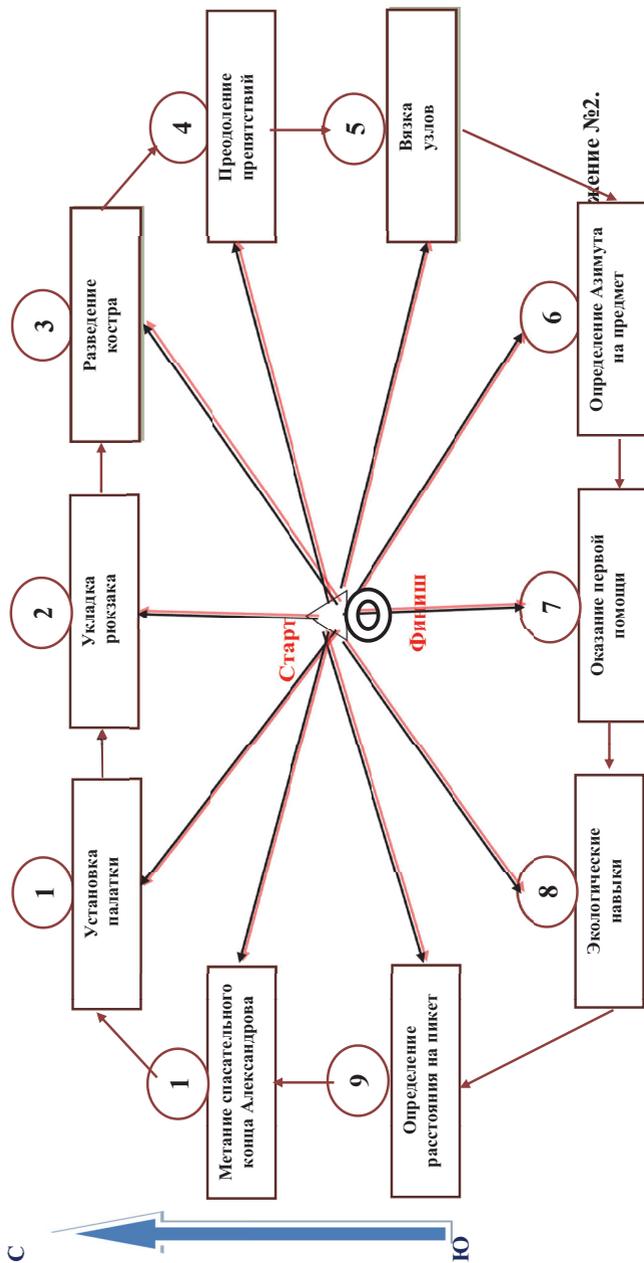
3. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 2001–2004 гг. Вып. седьмой / Сост. И.Е. Востоков, С.Н. Панов. – М.: ТССР, 2001.

4. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи // Константинов Ю.С., Усков С.В. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 338 с.

5. Теория и методика спортивного туризма: учебник / Под ред. В.А. Таймазова и Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.

Приложение № 1

П Л А Н – С Х Е М А
места проведения соревнований на «Поляне заданий»
в программе туристского слёта.



Приложение № 2

Зачётная маршрутная карточка тестирования туристских навыков на знак ВФСК ГТО

Группа _____ Ступень _____
 « ____ » _____ 201__ г. Место проведения _____

Пор №	Ф.И.О.	Возраст	Туристские навыки										Кол-во зачётных навыков	Выполнил на знак отличия			
			Установка палатки.	Укладка рюкзака.	Разведение костра.	Преодоление препятствий	Вязка узлов.	Определение азимута на заданный предмет.	Оказание первой помощи	Экологические навыки.	Определение Азимута и Расстояния по карте.	Определение расстояния до недоступного предмета.					
1.																	
2.																	
3.																	

Главный судья _____ Главный секретарь _____

Подготовка школьников к выполнению испытаний комплекса ВФСК «ГТО» в разделе «Стрельба из пневматической винтовки и электронного оружия»

*Владимир Анатольевич Земцов,
МБУ СОШ № 4;*

*Татьяна Александровна Крестьянникова,
МАУ ДО ДЮСШ «Факел»,
г. Радужный*

Ключевые слова: всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», ВФСК «ГТО», испытания (тесты) по выбору, стрелковая подготовка, стрельба из пневматической винтовки, стрельба из электронного оружия, школьники.

Введение. Занятия физической культурой и спортом играют главную роль в воспитании здорового и сильного поколения. Бурное развитие технического прогресса пагубно влияет на гармоничное физическое развитие подрастающего поколения. Большинство школьников ведут малоподвижный образ жизни, что негативно сказывается на их здоровье в целом. Внедрение комплекса «Готов к труду и обороны» в России является важнейшим решением для поднятия патриотизма и совершенствования физической подготовки населения. В комплекс внедрены важные тесты, испытания для разных возрастных групп. Одним из таких испытаний является выполнение стрельбы из пневматической винтовки или электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку.

Организационная работа. Для сдачи такого вида как стрельба необходима тщательная подготовка, которая включает в себя прохождения инструктажа по мерам безопасного обращения с оружием в тирах и стрельбищах. Затем должны быть проведены практические занятия, на которых необходимо изучить устрой-

ство оружия, изготовку при стрельбе, технику производства выстрела, фазы дыхания и нажима на спусковой крючок. Материальная часть в подготовке школьников к выполнению норматива комплекса «Готов к труду и обороне» по стрельбе включает само оружие, боеприпасы, стрелковую форму и мишени.

Подготовительные упражнения при обучении стрельбе по круглым мишеням – это упражнение является тренировочным и используется на начальном этапе обучения. Изготовка к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Рекомендуются как начинающим, так и опытным стрелкам для выработки и поддержания автоматизма и постоянства усилия и мест удержания оружия. Упражнение выполняется в заданном для стрельбы положении. Стрелок принимает изготовку без прицеливания, обращая внимание на постоянство мест удержания винтовки и постоянство усилия удержания. После освоения правильной изготовки надо тренироваться в длительности изготовки, постепенно увеличивая время удержания винтовки до утомления (но не переутомления). Это упражнение будет способствовать увеличению статической выносливости позы для стрельбы, а значит, повышению мастерства стрельбы. Затем следует изготовка с прицеливанием.

Изготовка для стрельбы из винтовки сидя за столом или около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Эта изготовка является самой простой и удобной для начального обучения пулевой стрельбе из винтовки. Положение тела стрелка наиболее привычное, не требуется никакого напряжения, устойчивость винтовки и рук наибольшая, а зарядание оружия самое удобное.

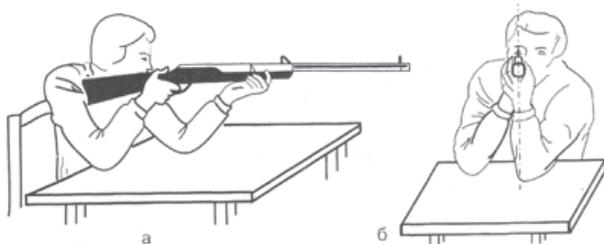


Рис. 1. Изготовка для стрельбы сидя за столом:
а – вид сбоку; б – вид спереди

Стрелок садится за стол или становится около стойки, выбирая наиболее удобную для себя позу. Все тело несколько повернуто вправо от линии прицеливания.

Рекомендуется при стрельбе слегка прислоняться грудью к ребру стола или стойки, но при этом сохранять свободную позу с минимальным напряжением грудных мышц. Винтовку надо взять правой рукой за шейку ложи так, чтобы большой палец обхватил шейку ложи слева-сверху, а остальные три пальца – слева-снизу.левой рукой взять цевье ложи снизу так, чтобы большой палец обхватывал левый бок цевья, а остальные четыре пальца обхватывали цевье с правого бока.

Винтовка должна лежать не на пальцах, а на ладони, ближе к большому пальцу. Затем надо наклониться над столом и опереться на него локтями. При этом левые локоть и плечо должны быть выдвинуты вперед как можно дальше. Левый локоть должен находиться под винтовкой или несколько левее – в зависимости от телосложения стрелка. Правый локоть располагается сбоку, ближе к себе. Винтовку надо вставить затыльником в выемку правого плеча и прижать к нему. Голову опустить на приклад так, чтобы она всем весом опиралась на гребень приклада, а мышцы шеи не напрягались. Глаза по возможности смотрят прямо в прицел. Ноги стрелок располагает так, как ему удобно, примерно на ширине плеч.

Самоконтроль принятого положения производится 2–3 раза. Он заключается в том, что после принятия данного положения стрелок закрывает глаза на несколько секунд, затем открывает их и проверяет совмещение точек наводки винтовки и прицеливания. Если оказалось, что ровная мушка винтовки не совпадает с точкой прицеливания, то надо уточнить наводку винтовки, не нарушая систему «стрелок – оружие», т.е. не сдвигая винтовку относительно тела стрелка.

Если точка наводки винтовки оказалась сбоку по отношению к точке прицеливания, то надо повернуть все тело вместе с винтовкой вокруг вертикальной оси, проходящей через точку опоры левого локтя, до совмещения точки наводки винтовки с точкой прицеливания.

Если точка наводки винтовки оказалась ниже (выше) точки прицеливания, то надо немного отодвинуться (придвинуться) со стулом от стола или встать немного дальше (ближе) от стойки, но не сдвигать с места локти.

Тренировка в стрельбе без пуль из винтовки. Задание – координация всех подготовительных действий стрелка: удержание винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания, координация всех действий при стрельбе. Изготовиться для стрельбы и прицеливаться в мишень.

Удерживать наводку винтовки в течение 2–10 мин. в зависимости от подготовки стрелка. При этом приклад винтовки все время находится в выемке плеча, руки устойчиво держат винтовку, положение ведущего глаза относительно прицела фиксируется прижатой к прикладу щекой.

Дыхание ровное и неглубокое. Через равные промежутки времени дыхание надо задерживать на полувдохе на 7–10 сек. для выработки полного автоматизма однообразного и плавного нажатия на спусковой крючок.

Это упражнение повышает специальную физическую выносливость стрелка и дает значительное улучшение результатов стрельбы.

Принцип работы стрелкового тренажера СКАТТ. Стрелковый компьютеризированный тренажер-тестор «СКАТТ», предоставляет отличную возможность контролировать и анализировать процесс подготовки стрелка.

Для работы с тренажером, стрелок закрепляет на оружии датчик который постоянно, с высокой точностью следит за перемещениями оружия относительно мишени.

Информация от датчика поступает в компьютер, где преобразуется программой СКАТТ и отображается в виде траектории перемещения точки прицеливания на фоне мишени (рис. 2). Момент выстрела фиксируется на экране в виде пробойны.

Вся информация о прицеливании и координаты пробойны сохраняются в памяти компьютера для последующего анализа. Таким образом, возникает эффект обратной связи, когда стрелок может выявить свои ошибки, допущенные во время прицеливания и в момент выстрела.



Рис. 2. Изображение на мониторе тренажера SKATT:
 зеленая линия – удержание оружия в момент прицеливания за определенное время до выстрела (параметр устанавливается в программе);
 желтая линия – обработка спускового крючка;
 синяя линия – удержание за 0,1 сек до выстрела соединение синей и красной линий – момент выстрела; фиолетовый – пробоина;
 красная линия – удержание после выстрела;
 перекрестье – средняя точка прицеливания.

Стрелковый спорт это сложнокоординационный вид спортивной деятельности, в котором достижение успеха зависит не только от мастерства спортсмена, его технической оснащённости, но и в значительной степени от того, насколько он психологически подготовил себя к выступлению, тем более, что мы рассматриваем начальную подготовку. Нужно заметить, что не только начинающие, но даже в большей степени стрелки высочайшего уровня подвержены влиянию различных стрессовых факторов, которые отрицательно влияют на результат.

При выступлении на соревнованиях практически все спортсмены отмечают, что психологическое и физиологическое состояние сильно отличается от состояния на тренировке. В результате

этого у некоторых спортсменов результат улучшается, у других, напротив, ухудшается. Улучшение можно объяснить оптимальной мобилизацией организма к работе, а вот ухудшение результата, как правило, происходит из-за перевозбуждения, апатии и различных тревог, связанных с негативным опытом. Борьба на соревнованиях должна быть направлена не на конкретного соперника или результат, а на борьбу с самим собой, со своими тревогами и слабостями.

Вывод. Анализ и обобщение полученного опыта и применение его на практике при стрелковой подготовке школьников позволили совершенствовать тренировочный процесс пулевой стрельбы и стрельбы из электронного оружия, а главное помогли школьникам сдать нормативы ВФСК ГТО в разделе стрельба на золотой знак.

Список литературы:

1. Исаев В. Газета «Спорт в школе». Изд. дом «Первое сентября». вып. 23 (426). 2007. 01.12.2007.
2. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер. – М.: Изд-во ДОСААФ, 1977.
3. Корх А.Я., Комова Е.В. Комплексный контроль в пулевой стрельбе. – М.: РИО ГЦОЛИФКа, 1987.
4. Шилин Ю.Н. Сам себе психолог. – М.: ЗАО «Спорт-АкадемПресс», 2000.
5. www.scatt.ru, статьи.

III межрегиональная научно-практическая конференция
«ПОВСЕМИСТНОЕ ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
СРЕДИ ВСЕХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ»

Отпечатано ООО «Печатный мир г. Ханты-Мансийск»,
г. Ханты-Мансийск, ул. Мира, 46.
Тел. 334-991, E-mail: pmhm@bk.ru.
Подписано в печать 06.12.2016 г. Тираж 120 экз. Заказ № 1415.