

УДК 378.172

ПРОГРАММА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» КАК РЕАЛИЗАЦИЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Кочура А.С., Матушанский Г.У.

*ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет» Министерство науки
и высшего образования Российской Федерации, Казань, e-mail: a.ka4@mail.ru*

В статье представлен ретроспективный анализ возникновения и становления программы «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Советском Союзе, а также процесс её возрождения в современной России. Анализируется динамика изменения структуры и содержания указанной программы в зависимости от социально-политической ситуации в стране и стратегических задач государства. Проводится сравнительный анализ аналогичных программ в ряде зарубежных стран: США, Германии, Австрии, Израиле. В большинстве зарубежных программ (например, «Cornell-University» в США, «Цофим» в Израиле) особое внимание уделяется формированию и развитию компетенций динамической активности, отвечающих за достижения качественного уровня жизни. Проведенный анализ показал, что развитие рассмотренных программ ГТО в Российской Федерации содействует эффективному применению физкультуры и спорта, укреплению здоровья, развитию личности, воспитанию молодежи. В выводах статьи отмечается, что физическая подготовка в целом оказывает содействие повышению эффективности высшего образования и обеспечению высокой трудоспособности будущего специалиста. Молодые люди, которые систематически занимаются физическими упражнениями, меньше болеют, быстрее адаптируются к обучению и производственным условиям, более целенаправленные и настойчивые в достижении поставленной цели.

Ключевые слова: программа «Готов к труду и обороне», общая физическая подготовка, ретроспективный и сравнительный анализ

PROGRAM «READY FOR LABOR AND DEFENSE» AS A REALIZATION OF GENERAL PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Kochura A.S., Matushanskiy G.U.

*Kazan State Energy University Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation,
Kazan, e-mail: a.ka4@mail.ru*

The article presents a retrospective analysis of the emergence and formation of the program «Ready for Labor and Defense» (TRP) in the Soviet Union, as well as the process of its revival in modern Russia. The dynamics of changes in the structure and content of this program is analyzed depending on the socio-political situation in the country and the strategic objectives of the state. A comparative analysis of similar programs is carried out in a number of foreign countries: USA, Germany, Austria, Israel. In most foreign programs (for example, Cornell-University in the USA, Zofim in Israel), special emphasis is placed on the formation and development of dynamic activity competencies responsible for achieving a quality standard of living. The analysis showed that the development of the reviewed TRP programs in the Russian Federation contributes to the effective use of physical education and sports, health promotion, personal development, education of young people. In the conclusions of the article it is noted that physical training as a whole contributes to the improvement of the effectiveness of higher education and ensuring the high working capacity of the future specialist. Young people who systematically exercise, are less sick, more quickly adapt to training and working conditions, more focused and persistent in achieving their goals.

Keywords: the program «Ready for work and defense», General physical training, retrospective and comparative analysis

Актуальность данной темы обусловлена тем, что в современном мире человеку предъявляются большие требования, которые он должен реализовать. Это связано утверждением, что для успешности человека в профессиональной, социальной или личной жизни главным фактором является его физическое и психическое здоровье, в значительной мере формируемое посредством физической культуры и спорта [1].

Общая физическая подготовка (ОФП) – это процесс формирования и улучшения двигательных физических качеств, направленный на полное физическое развитие человека, которое способствует лучшей

адаптации организма к изменяющимся условиям окружающей среды.

Профессионально-прикладной физической подготовкой (ППФП) – называют специальную физическую подготовку и психофизическую подготовку к профессиональной деятельности. Занятия по ППФП студентов вузов проводятся в разных формах: обязательные в соответствии с учебным расписанием – теоретические и практические; в свободное внеучебное время – в форме самостоятельных занятий физическими упражнениями, тренировок в разных спортивных секциях, участия в спортивных соревнованиях, в оздорови-

тельных или спортивно-массовых мероприятиях. Учебной программой по физическому воспитанию для каждого курса предусматривается проведение теоретических занятий по обязательным темам [2].

ОФП и ППФП крепко связаны с программой физкультурной подготовки «Готов к труду и обороне» (ГТО), которая изначально была направлена по поддержание патриотического воспитания молодого поколения [3]. Следовательно, реализация программы ГТО способствует развитию общей и профессионально прикладной физической подготовки студентов высших учебных заведений.

Цель исследования: проведение анализа динамики изменения структуры и содержания программы ГТО в зависимости от социально-политической ситуации в стране

и стратегических задач государства, а также проведение сравнительного анализа аналогичных программ в ряде зарубежных стран.

Материалы и методы исследования

В статье используются методы ретроспективного анализа для оценки становления и развития программы ГТО в советский и постсоветский периоды. Метод сравнительного анализа используется для сравнения структуры и содержания отечественной программы ГТО с аналогичными ряда зарубежных стран.

Результаты исследования и их обсуждение

В настоящей статье мы приведем некий ретроспективный анализ становления и развития программы ГТО в нашей стране в советский, и постсоветский периоды, представленный в таблице.

Ретроспективный анализ становления и развития программы ГТО в советский и постсоветский периоды

№ п/п	Год	Документ	Изменение в ГТО
1	1930	Статья в газете «Комсомольская правда», где предлагалось организовать всесоюзные испытания с целью получения значка «Готов к труду и обороне» (ГТО) [4]	
2	1931	По поручению Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР разработан и утвержден проект программы ГТО	Программа состояла из первой части: 1) «Будь готов к труду и обороне СССР». (БГТО), содержащей четыре ступени для учащихся 1–8 классов, и второй части ГТО, содержащей возрастные ступени для более старшей группы населения. Программа содержала двадцать одно испытание, шесть из которых носили теоретический и пятнадцать практический характер. Теоретические испытания содержали значения, посвященные военной тематике, первой медицинской помощи, физкультурным достижениям и физкультурному самоконтролю. Практические испытания содержали: езду на тракторе или мотоцикле, велосипеде или лошади; беге спортивном, в противогазе или на лыжах; плавание, гребля и прыжки в длину; подтягивание, поднятие патронного ящика и метание гранаты [4]
3	1959	Изменения в комплекс ГТО по органичному сочетанию программы в школах и средних специальных и высших учебных заведений	Программа БГТО (для школьников 14–15 лет); ГТО первой ступени (для юношей и девушек 16–18 лет); ГТО второй степени (для молодежи 19 лет и старше) [4]
4	2014	Возрождение системы ГТО в Указе Президента РФ № 172 от 24.03.2014, Постановление Правительства РФ № 540 от 11.06.2014 и Распоряжение Правительства РФ № 1165-р от 30.06.2014	Комплекс ГТО в настоящее время состоит из 11-ти ступеней: 6–8 лет (1 ступень); 9–10 лет (2 ступень); 11–12 лет (3 ступень); 13–15 лет (4 ступень); 16–17 лет (5 ступень); 18–29 лет (6 ступень); 30–39 лет (7 ступень); 40–49 лет (8 ступень); 50–59 лет (9 ступень); 60–69 лет (10 ступень); 70 лет и старше (11 ступень) [5]

В последней редакции для всех ступеней определены виды испытания и нормативы при получении в первых семи из них золотого, серебряного или бронзового знака и без вручения знака в оставшихся четырех ступенях. Люди со спортивными знаниями и спортивными разрядами не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы Комплекса в соответствии с серебряным знаком, награждаются золотым отличием [5].

В настоящее время требования по оценке уровня знаний и умений в рассматриваемой сфере включают контроль знаний и умений по разделам:

- влияние физкультурных занятий на улучшение здоровья, физической и умственной работоспособности;

- основной инструментальной оценки физического состояния вследствие занятий физической культурой и спортом и физкультурно-оздоровительным системам;

- гигиена занятий на спортивных и физкультурных мероприятиях;

- ретроспективный анализ формирования и развития физической культуры и спорта;

- основы теории и методики самостоятельных занятий;

- овладение навыками и практическими умениями, овладение практическими навыками и умениями в различных видах спортивной и физкультурной деятельности [6].

При сравнении современного комплекса ГТО и советского четко видны отличия. К примеру, из новой версии исключили: метание учебной гранаты, толкание ядра и, бег на коньках, велосипедный кросс, лазание по канату. Из остальных видов следует выделить подтягивание, отжимание, туристический поход 5–15 км, преодоление препятствий, прыжки с места и в длину с разбега. В программе сохранилась стрельба, вместо малокалиберной из пневматической винтовки. Метание мячом для большого тенниса теперь производится на точность. Результат оценивается исходя из возраста участника. Среди норм ГТО появились и новые, которых не было в традиционной версии СССР. Это: наклоны вперед, рывок гири массой 16 кг, челночный бег. В общем, можно отметить, что современная программа ГТО стала более насыщенной теоретически, содержит меньше военизированных и больше общефизических видов подготовки [7].

Для сравнения рассмотрим краткие характеристики некоторых программ общей и специальной физической подготовки в ряде зарубежных стран. В частности, североамериканская система образования

несмотря на значительные отличия от российской системы может стать важным источником информации при модернизации отечественного физкультурного образования. Национальная ассоциация спорта и физического образования США для обеспечения эффективного физкультурного образования разработала стандарты, исходя из требований который учащийся должен:

1. Для достижения высокого качества жизни проявлять компетентность в динамической активности.

2. Принимать постоянное участие в физкультурных и спортивных мероприятиях.

3. Во время учебно-тренировочных и спортивных мероприятий вести себя организованно, уважая себя и других.

4. Понимать ценности физической культуры и спорта для поддержки здоровья, реализации социального взаимодействия [8].

В США наиболее близким к ГТО является «спортивное самосовершенствование» скаутов, достижения в котором присваиваются по самым разным дисциплинам: от легкой атлетики до спортивного туризма. При этом, в зависимости от принадлежности к тому или иному скаутскому течению, нормативы, а также отражение их успешного выполнения (узлы, нашивки и т.д.) могут различаться [8].

В высших государственных университетах, таких как «Cornell-University», студентам преподают и теоретические занятия, и практические дисциплины по физической культуре. На теоретических занятиях ученики узнают о правильном питании, о правильном занятии спортом самостоятельно и на тренажерах. Очень популярны среди студентов в США бег трусцой, американский футбол и аэробика. В большинстве университетов образованы кафедры физического воспитания, проводящие занятия по теоретическим практическим дисциплинам, и отделы массового спорта и рекреации, осуществляющие подготовку сборных команд и участия в межвузовских соревнованиях [8].

Нормативы, аналогичные ГТО, действуют в рамках Скаутского движения в ряде стран. Например, в Германии действует спортивный значок *sportabzeichen*, который появился 100 лет назад. В Австрии функционирует значок *ÖSTA – das Abzeichen2*, созданный в 1920 г. В настоящее время существуют девять его разновидностей для базового и повышенного уровня и по каждому из них – бронзовые, серебряные и золотые значки.

Австрийские нормативы значительно проще, чем российские и германские. В Израиле общественное движение «Цофим»,

занимается пропагандой занятий спортом и поддержкой здорового образа жизни. Оно организует специальные проекты, охватывающие почти все области деятельности молодежи, причем участники проектов проходят системную организационную подготовку. Оно охватывает почти все сферы деятельности молодежи и подразделяется на специальные проекты. Единственным существенным различием является то, что в Израиле те, кто их хочет выполнить, проходят организационную и системную подготовку [8].

Комплекс ГТО в настоящее время постоянно развивается и реализует нижеперечисленные цели и задачи:

- повышение эффективности физкультуры и спорта при улучшении здоровья, гармоничного развития, патриотического воспитания личности;
- увеличение доли населения, постоянно занимающихся физкультурой и спортом;
- повышение продолжительности жизни населения и ее качества;
- повышение уровня знаний населения о формах, методах и средствах воспитания самостоятельных теоретических и практических занятий в области общей и специальной физической подготовки [9].

Комплекс ГТО должен стать важной составляющей физической подготовки населения. Для каждой социальной группы разрабатываются разные системы мотивации:

- поощрение и награждение активных организаторов и участников Комплекса;
- проведение конкурсов среди регионов страны, муниципалитетов, ведомств и учреждений на лучшее внедрение Комплекса;
- создание бренда с атрибутикой ГТО: браслеты, сувениры, электронные карты, отличительные знаки, технические средства, экипировку, полиграфическую продукцию и др.;
- материальное и моральное стимулирование граждан при успешном выполнении норм ГТО, а также предоставление льгот при посещении спортивных залов, бассейнов, фитнес-клубов и других подобных спортивных объектов;
- использование спортивных объектов при проведении соревнований комплекса ГТО по льготным ценам;
- повышение стипендии студентам, отличившимся в организации мероприятий и выполнении норм ГТО;
- учет сведений о личных достижениях граждан и результатах выполнения норм ГТО при поступлении на обучение в учреж-

дения среднего профессионального и высшего образования;

- различные мастер-классы и тренировки, выполнение норм Комплекса ГТО с привлечением звезд спорта [10].

Заключение

Таким образом, проведенный анализ показал, что физическая подготовка оказывает содействие повышению эффективности высшего образования и обеспечению высокой трудоспособности будущего специалиста. Молодые люди, которые систематически занимаются физическими упражнениями, меньше болеют, быстрее адаптируются к обучению и производственным условиям, более целенаправленные и настойчивые в достижении поставленной цели.

Список литературы

1. Королинская С.В., Измайлова Н.И., Аркуша А.А., Павленко Е.Е., Зелененко Н.А., Шушпанова Ю.В. Физическая культура и спорт в адаптации иностранных студентов к украинской системе образования: учеб. пособие Харьков: НФаУ, 2013. 109 с.
2. Шурыгина В.В., Гильманшина А.И., Чистякова Д.Г. Физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) с позиций формирования и укрепления здоровья школьников // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 3. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=19499> (дата обращения: 29.06.2019).
3. Володько Е.Г. Программа ГТО и её необходимость введения в высших учебных заведениях // Молодежный научный форум: Гуманитарные науки: электр. сб. ст. по мат. XLV междунар. студ. науч.-практ. конф. № 5 (44). [Электронный ресурс]. URL: [https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/5\(44\).pdf](https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/5(44).pdf) (дата обращения: 29.06.2019).
4. История ГТО // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». [Электронный ресурс]. URL: <https://gto.ru/history> (дата обращения: 29.06.2019).
5. Положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО Распоряжение Правительства от 15 декабря 2014 года №2538-р [Электронный ресурс]. URL: <http://www.gto-normy.ru/polozhenie-o-vserossijskom-fizkulturno-sportivnom-kompleks-gto> (дата обращения: 29.06.2019).
6. Кочеткова Т.Н., Лукин Ю.Л., Семенов В.И., Казанцев Е.М., Колланг Е.Р., Новиков В.А., Кутугина В.И., Мурadian Н.Г. Физическая подготовка студенческой молодежи в контексте новых требований комплекса «Готов к труду и обороне»: учеб. пособие. Красноярск: Сибирский федеральный ун-т, 2016. 124 с.
7. Дугнист П.Я., Колпакова Е.М., Романова Е.В., Назаров О.О. Роль и значение ГТО в современном обществе // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2015. № 1. С. 11–24.
8. Адамский Н.В. Ориентиры развития физкультурно-го образования в США // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2006. № 22. С. 5–8.
9. Данилов А.В., Новикова В.Н. История возникновения и развития комплекса ГТО // Физическая культура и спорт Верхневолжья. 2016. № 9. С. 6–21.
10. Шумилин И.В. От норм ГТО к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2014. № 3. С. 54–60.