

УДК [796.012:796.077.5/.078]:[378.02:378.172](470)

## ГТО КАК КРИТЕРИЙ ДВИГАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Буров А.Э., Ерохина О.А., Небрatenко С.В., Кузнецова Г.А.

*ФГБОУ ВПО «Астраханский государственный технический университет», Астрахань, e-mail: erohina\_61.61@mail.ru*

---

В последние годы в Российской Федерации наметилась возрастающая роль физической культуры, как одного из важнейших направлений социальной политики страны. Постепенно приходит понимание того, что хорошее физическое здоровье всех слоев населения – не просто очередное модное веяние, а стратегически обоснованная необходимость, от которой в немалой степени зависят принципы существования независимого самодостаточного государства. Высокая социально-ориентированная двигательная активность населения, его способность выполнять жизнеобеспечивающие функции является своеобразным маркером физического состояния популяции. Ценность внедрения и интеграции Комплекса ГТО в различные социальные сферы деятельности россиян обусловлена не только обозначенными в его концепции целями и задачами, но, в первую очередь, наличием единого унифицированного инструментария для объективной оценки двигательного развития всех возрастных групп населения страны.

---

Ключевые слова: физическая культура, физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

## GTO AS CRITERION OF MOTIVE DEVELOPMENT OF STUDEN'S YOUTH

Burov A.E., Erokhina O.A., Nebratenko S.V., Kuznetsova G.A.

*Astrakhan State Technical University, Astrakhan, e-mail: erohina\_61.61@mail.ru*

---

In recent years the Russian Federation has been a growing role of physical education, as one of the most important areas of social policy. Gradually comes an understanding that good physical health of all segments of the population not just another fashionable trend, and strategically justified need, from which, to a large extent, depend on the principles of an independent self-sufficient state. Socially oriented high motor activity of the population, its ability to perform essential functions of life is a kind of marker of the physical condition of the population. Implementation and integration of complex GTO in different social spheres of activity of Russians not only outlined in his vision of the goals and objectives, but primarily on the existence of a single unified tool for objective assessment of motor development in all age groups of the population.

---

Keywords: Physical culture, physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense".

В последние годы в Российской Федерации наметилась возрастающая роль физической культуры, как одного из важнейших направлений социальной политики страны. Постепенно приходит понимание того, что хорошее физическое здоровье всех слоев населения – не просто очередное модное веяние, а стратегически обоснованная необходимость, от которой в немалой степени зависят принципы существования независимого самодостаточного государства.

Различные сферы физической культуры и спорта напрямую и косвенно влияют на социальную, экономическую и политическую жизненную реальность россиян.

Без физической культуры уже невозможно представить формирование высококвалифицированного профессионала, владеющего широким спектром трудовых компетенций и способного качественно их реализовывать в современных экономических условиях [3]. Значительное увеличение на территории России спортивных мероприятий

высокого уровня способствует не только улучшению физкультурно-спортивной материально-технической базы, но и качественно меняет всю социально-экономическую инфраструктуру отдельных населенных пунктов и страны в целом [1]. Обороноспособность, рынок труда, развитие перспективных наукоемких технологий и производств также требует наличие физически развитого населения, в первую очередь, молодого поколения.

Высокая социально-ориентированная двигательная активность населения, его способность выполнять жизнеобеспечивающие функции является своеобразным маркером физического состояния популяции [4]. Государственная политика в данных вопросах за последнее десятилетие претерпела значительные положительные изменения.

**Целью** представленной нами методики является реализация здоровьесберегающих и здоровьесформирующих проектов как достаточная нормативно-правовая база. Однако в формировании структуры и функционировании единой и, главное, эффективной для всей страны системы физического воспитания имеется ряд проблем. Таким системообразующим элементом в ближайшей перспективе должен стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

На наш взгляд, ценность внедрения и интеграции Комплекса в различные социальные сферы деятельности россиян обусловлена не только обозначенными в его концепции целями и задачами, но, в первую очередь, наличием единого унифицированного инструментария для объективной оценки двигательного развития всех возрастных групп населения страны [2]. Единые стандарты оценивания позволят вносить коррективы в развитие физической культуры как науки, ее методическое обеспечение и практическую реализацию, осуществлять перспективное планирование во многих сферах деятельности нашего государства.

Однако нормативно-правовое массовое внедрение данного Комплекса не означает успешность его выполнения, особенно среди детско-молодежной популяции. Одной из основных причин является низкий уровень сформированности двигательных качеств молодого поколения, в большинстве не соответствующего нормам половозрастного развития. Такая негативная закономерность характерна для поколения россиян, родившихся в конце 90-х – начале 2000-х годов, и обусловлена рядом объективных факторов. Так, во многих исследованиях в различных областях науки отмечается, что снижение ряда показателей физического развития вызвано явлением деселерации, проявляющегося в дисгармоничности антропометрических, функциональных и кондиционных параметров [5]. Еще одной важной причиной в тот переходный период стали некоторые недоработки и сбои в некогда целостной и эффективной системе физического воспитания, особенно в период школьного обучения, а также снижение ценностей здорового образа жизни, уменьшение

возможностей для массовых занятий физической культурой и спортом. То есть произошел разрыв в реализации принципов преемственности, целостности и непрерывности физкультурного образования. Как следствие, большое количество современных молодых людей имеют различные отклонения, в том числе хронической формы, в состоянии здоровья и ограничения в занятиях физической культурой. При этом среди огромного многообразия используемых методик и программ реализации физкультурного образования в различных образовательных учреждениях не было единого инструмента оценки уровня сформированности отдельных физических качеств и физической подготовленности в целом [6]. Мы считаем, что вводимый в 2017 году физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в полной мере способен стать диагностической и нормативной базой современной системы физического воспитания детей, подростков и молодежи.

Цель Комплекса – повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, укреплении здоровья, улучшении благосостояния и качества жизни российских граждан, гармоничном и всестороннем развитии личности, формировании потребности людей в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма и гражданственности, необходимости вести здоровый, спортивный образ жизни [7].

Задачи Комплекса – увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом; повышение уровня физической подготовленности, качества и продолжительности жизни граждан; формирование у граждан осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни; повышение общего уровня знаний граждан о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных и интернет-технологий; создание единой системы непрерывного физического воспитания граждан и оценки их физической подготовленности на основе федеральной базы данных о физическом состоянии основных групп населения; модернизация системы физического воспитания и развития массового школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем расширения сети спортивных клубов; активизация деятельности по организации физкультурно-спортивной работы в трудовых коллективах, по месту учебы и жительства, в местах массового отдыха и семейного досуга граждан, улучшение качества и расширение перечня предлагаемых населению физкультурно-спортивных услуг; создание современной материально-технической базы сферы физической культуры и спорта, увеличение количества объектов спорта, обеспечение необходимым спортивным инвентарем и оборудованием мест занятий физической культурой; развитие современных видов спорта и

физкультурно-оздоровительных систем, учитывающих интересы детей, подростков и молодежи; создание на федеральном уровне системы мониторинга физической подготовленности граждан. Обязательной интеграцией оценочных критериев Комплекса в школьные и вузовские образовательные программы дисциплины «физическая культура» не гарантирует способность школьников и студентов успешно его выполнить. Поэтому считаем, что на данном этапе практической реализации в рамках концепции внедрения Комплекса более корректно говорить о готовности населения к его выполнению и уровне сформированности, необходимых для этого кондиционных способностей и прикладных навыков.

В связи с этим основной **задачей** нашего исследования стала оценка готовности студентов к успешному выполнению тестовых заданий Комплекса ГТО в целом и отдельных компонентов их физической подготовленности. Нами также использовался сравнительный ретроспективный анализ итоговых результатов выполнения требований Комплекса для выявления тенденций в двигательном развитии студентов.

Исследование проводилось с юношами и девушками 1–3 курсов, обучающимися в Астраханском государственном техническом университете. Для тестирования применялись тестовые программы V и VI ступени Комплекса. В 2013–14 уч. году было протестировано 1332 студента (из них 545 девушек), а в 2014–15 уч. году – 1499 студентов (625 девушек). В таблице 1 приведены итоговые показатели выполнения студентами (18–25 лет) тестовой программы VI ступени Комплекса в динамике двух учебных годов. Проанализируем полученные результаты.

Как видно из таблицы, результаты тестирования в 2014–15 учебном году значительно превышают аналогичные данные, полученные в первый год исследования. Это, в первую очередь, касается процентного соотношения студентов и студенток, выполнивших нормативные требования по отдельным видам испытаний.

Таблица 1

**Показатели выполнения студентами нормативных требований комплекса ГТО VI ступени (18–25 лет)**

Виды испытаний	Пол	Результаты выполнения ГТО по уч. годам, %							
		2013–14*				2014–15*			
		Х <sub>ср</sub> по тесту	Зол.	Сер.	Не вып.	Х <sub>ср</sub> по тесту	Зол.	Сер.	Не вып.
Бег 100 м, с	юноши	13,7	29,7	21,5	48,8	13,6	47,4	41,4	11,2
	девушки	17,7	17,2	8,6	74,2	17,6	13	28	29
Бег 3000/2000 м, мин, с	юноши	14,75	6,3	15,8	77,9	16,05	11	23,2	65,8
	девушки	13,20	1,1	6,9	92	14,74	25,5	29,8	44,7
Прыжок в дл/р,	юноши		17,6	24,8	57,6	394,	20	33,6	46,4

см		352,6				0			
	девушки	255,1	3,9	8,3	87,8	290,2	8	15,8	76,2
Прыжок в дл/м, см	юноши	215,3	23,8	14,2	62	227,1	39,6	32	28,4
	девушки	157,2	6,8	14,1	79,1	157,3	14	21,6	64,4
Подтягивание, раз	юноши	11,2	34	12	54	10	58,5	33,9	7,6
	девушки	19,3	15,7	32,2	52,1	14,6	19,2	49,1	31,7
Метание гранаты (700/500 г,) м, см	юноши	27,9	23,6	16,5	59,9	27,99	22,5	30,7	46,8
	девушки	15,0	5,9	25,7	68,4	14,32	19,1	39,6	41,3
Кросс 5/3 км * (б/уч. времени)	юноши		66,1		33,9		71,1		28,9
	девушки	б/уч.	48,2		51,8	б/уч.	53,5		46,5
Наклон на/скам., см	юноши	+8,2	30	24,8	45,2	+8,9	24,9	52,1	23
	девушки		20,3	22,6	57,1	+13,2	39,6	60,4	-
Плавание 50 м, с	юноши	42,4	12,6	5,5	81,9	40,19	3,3	84,6	12,1
	девушки	1.00, 8	15,8	12,7	71,5	1.13, 5	42,5	57,5	-

\* в 2013–14 уч. году кол-во испытуемых в возрастной категории (18–25 лет): юноши – 787 чел.; девушки – 545 чел.

\*\* в 2014–15 уч. году кол-во испытуемых в возрастной категории (18–25 лет): юноши – 874 чел.; девушки – 625 чел.

Особенно улучшились результаты в тестах, оценивающих быстроту (количество не выполнивших норматив снизилось на 37,6 % у юношей и 45,2 % у девушек), скоростно-силовые способности (33,6 % и 14,7 %, соответственно), силу на 46,4 % и 20,4 %, метании гранаты на 13,1 % и 27,1 % и в плавании, где у юношей только 12,1 % не смогли выполнить норматив без учета времени, а у девушек таких вообще не оказалось.

При общей положительной динамике итоговых показателей необходимо отметить все еще незначительные улучшения в испытаниях на выносливость (бег 3000 м., кросс 5 км), кроме девушек в беге на 2000 м, где количество не справившихся с нормативом сократилось на 47,3 %.

Среднеарифметические значения выполнения тестовых заданий также существенно увеличились для всей выборки тестируемых юношей и девушек. Однако отмечается снижение среднетестовых показателей в обеих выборках в беге на 2000/3000 м и подтягивании, что, на наш взгляд, объясняется большим количеством принимавших в тестировании студентов, относящихся к специальной медицинской группе, а также их низкой мотивацией.

Столь качественные улучшения по большинству испытаний вызваны изменением методической структуры проводимых занятий. Был проведен анализ результатов первого года исследования, увеличено количество обучающих занятий, введена в учебный процесс дисциплины рейтинговая оценка успеваемости студентов, что повысило их мотивацию на занятиях.

В целом, сравнение двухлетних итоговых данных выполнения студентами нормативных требований по отдельным видам испытаний показывает все еще недостаточный уровень развития физических качеств и прикладных навыков. Но данный процесс является управляемым и требует методической перестройки учебного процесса дисциплины «физическая культура» на всех уровнях образования.

При достаточно большом количестве испытуемых, успешно прошедших отдельные виды двигательных заданий в 2014–15 учебном году, общее число студентов, не выполнивших Комплекс целиком, осталось почти неизменным по сравнению с предыдущим учебным годом. Поэтому далее для выявления тенденций в двигательном развитии современной молодежной популяции мы провели ретроспективный анализ полученных результатов с аналогичными данными 2007–08 учебного года (таблица 2).

Таблица 2

**Результаты выполнения студентами комплекса ГТО в ретроспективной динамике**

Контингент тестируемых	года тестирования	кол-во тестируемых	получили знак, %	не выполнили комплекс, %
Мальчики 16-17л	2013-14	347	44,1	55,9
Девочки 16-17л		183	46,9	53,1
Юноши 18-25л		725	10,1	89,9
Девушки 18-25л		545	11,4	88,6
Мальчики 16-17л	2014-15	154	20,8	79,2
Девочки 16-17л		87	20,7	79,3
Юноши 18-25л		787	10,4	89,6
Девушки 18-25л		625	5,2	94,8
Юноши 18-25л	2007-08	149	48	52
Девушки 18-25л		443	33	67

**Анализ полученных данных** убедительно свидетельствует о большом преимуществе результатов тестирования 2007–08 года как у юношей, так и девушек. Общее количество студентов, полностью выполнивших требования Комплекса для получения знака, значительно превосходит аналогичные показатели нашего двухлетнего исследования в возрастной категории 18–25 лет. При этом у девушек итоговые результаты уменьшились вдвое по сравнению с предыдущим годом, а по отношению к тестированию 2007–08 года в 6 раз.

**Выводы**

Подводя итог проведенным исследованиям по апробации нормативных требований Комплекса «Готов к труду и обороне» среди студентов, можно сделать следующие выводы:

1. Вводимый Комплекс является единым стандартизированным информативным и эффективным инструментом диагностики уровня двигательного развития в целом и отдельных физических качеств и жизненно необходимых прикладных навыков.

2. Большинство юношей и девушек не способны выполнить нормативные требования Комплекса полностью из-за слабой сформированности и развития необходимых для этого физических качеств, не соответствующих даже общепринятым половозрастным показателям. Это подтверждает выявленную тенденцию процесса ретардации у современной молодежной популяции.

3. Необходимо скорректировать нормативную базу Комплекса с учетом выявленных тенденций двигательного развития современной молодежи, а также методически ориентировать учебный процесс по физической культуре на успешное выполнение физкультурно-спортивного комплекса.

Комплекс как социально-культурное явление должен стать важнейшей частью физической культуры личности и общества и выступить фактором, объединяющим и стимулирующим интересы всех категорий граждан.

### Список литературы

1. Буров А.Э. Превентивно-коррекционный потенциал профессиональной физической культуры личности. – Одесса: Наука и техника, 2011. – 544 с.
2. Вучева В.В. Использование компетентностного подхода в образовательном процессе по физической культуре // Тезисы докладов V-й Всероссийской науч.-практ. конференции «Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования в России». – М.: Физическая культура, 2007.
3. Ерохина О.А., Буров А.Э., Кузнецов И.А. Психофизическая подготовка студентов ВУЗов с признаками социально-поведенческих деформаций. – Саарбрюкен (Германия): LAP LambertAcademicPublishing (Международное научное издательство), 2013. – 210 с.
4. Кабачков В.А., Полиевский С.А., Буров А.Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. Учебное пособие. – М.: Сов. спорт, 2010. – 296 с.
5. Концепция Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Министерство спорта Российской Федерации. – М., 2013.
6. Полиевский С.А. Стимуляция двигательной активности. – М.: Физическая культура, 2006. – С.36-45.
7. Скакун В.А. Организация и методика профессионального обучения: учебное пособие. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2007.