**«Стоит ли возвращать сдачу норм ГТО в общеобразовательную школу?»**

# **Введение**

**Проблема исследования.** Данные исследований последних лет указывают на снижение показателей здоровья и физической активности среди детей всех возрастов, причем в большей степени это наблюдается в возрастной группе школьников. Это связано с тем, что современные школьники, во-первых, ведут гиподинамичный образ жизни, сначала проводя за партой по 6-7 уроков в день, а затем, приходя домой, столько же времени проводя за выполнением уроков и компьютерными, телефонными играми.

Во-вторых, несмотря на то, что в школе и по телевизору часто рассказывают о правильном и здоровом питании, большая часть учеников предпочитает утолить голод в течении учебного дня не сбалансированным горячим обедом в столовой, а выпечкой и газированными напитками. Много детей приносят собой в школу на перекус вместо фруктов сухарики, кириешки, чипсы или шоколад.

Режим дня также соблюдается школьниками очень редко, многие школьники перед сном общаются в социальных сетях, смотрят видео в сети Интернет и, забывая о времени, ложатся спать поздно, на утро просыпаясь неотдохнувшими, в пониженном настроении.

Закаливающие процедуры современные школьники не проводят вообще, а значительная часть школьников уже в начале обучения в среднем звене имеет вредные привычки. При этом спортивные секции и активный отдых в свободное время предпочитает ограниченное число современных учеников.

Такой образ жизни неизбежно сказывается на здоровье обучающихся и на развитии их физических качеств, приводя к снижению таковых, а, следовательно, необходимо принимать меры по исправлению сложившейся ситуации, поскольку это непосредственным образом влияет на здоровье нации и будущее страны. Из этого следует, что перед обществом и наукой стоит важная проблема, обусловленная противоречием между актуальной потребностью в оздоровлении школьников и отсутствием интересных школьникам средств ее удовлетворения.

**Актуальность проблемы исследования.** Чтобы исправить ситуацию с состоянием здоровья детского населения и его физическим развитием в Российской Федерации, Президент РФ Владимир Владимирович Путин предложил воссоздать физкультурный комплекс ГТО (Готов к труду и обороне), но необходимо выяснить насколько интересной будет данная мера для самих обучающихся? Изучению этой актуальной проблемы и посвящено данное исследование.

**Объект исследования:** урок физической культуры в школе.

**Предмет исследования:** нормы ГТО как показатель эффективности проведения мероприятий по оздоровлению школьников и развитию их физических качеств на уроках физической культуры.

**Цель исследования:** выявить степень готовности обучающихся и педагогов МБОУ «Гимназия №96» Вахитовского района г. Казани к воссозданию и внедрению норм ГТО.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ литературы, посвященной комплексу ГТО;

2. Уточнить нормативы ГТО для разных возрастных групп обучающихся;

3. В ходе анкетирования обучающихся и педагогов выяснить степень готовности обучающихся МБОУ «Гимназия №96» Вахитовского района г. Казани к воссозданию и внедрению норм ГТО.

**Гипотеза исследования:** если воссоздать сдачу норм ГТО на уроках физической культуры в школах, то это повысит интерес обучающихся к спорту и благоприятно скажется на их здоровье.

**Методы исследования:** анализ литературы по проблеме исследования; сбор информации; анкетирование; анализ и обобщение данных.

 **1. Литературный обзор по проблеме исследования**

ГТО (Готов к труду и обороне) - это программа физкультурной подготовки населения в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях, основанная на государственной системе патриотического воспитания населения и действовавшая в СССР с 1931 по 1991 год [2].

Описывая историю развития ГТО, А.А. Конычев отмечает, что «24 мая 1930 года в газете «Комсомольская правда» было напечатано обращение, в котором предлагалось установить всесоюзные испытания на право получения значка «Готов к труду и обороне». В данном обращении говорилось о необходимости введения единого критерия оценки физической подготовленности граждан. Предлагалось установить специальные нормы и требования, а тех, кто их выполнял — награждать значком.

Данная идея молниеносно получила одобрение общественности, и Всесоюзный совет физической культуры при ЦИК СССР принял решение разработать проект комплекса ГТО. Он был утвержден 11 марта 1931 года после общественного обсуждения и стал нормативной основой системы физического воспитания для всей страны.

На протяжении всего времени существования Советского Союза комплекс ГТО занимал почетное место, но с распадом СССР он утерял свою значимость и фактически перестал существовать, хотя юридически упразднен не был» [5].

В XXI веке темпы снижения здоровья и занятий спортом среди детского населения России снижались еще более активными темпами, вследствие чего в 2014 году В.В. Путин выступил с инициативой о возрождении комплекса ГТО. Анализируя современный подход к воссозданию ГТО, А.А.Конычев отмечает, что «проект по внедрению физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» разработанный Минспортом и Минобрнауки России был утвержден Указом Президента 24 марта 2014 года, и начал действовать с 1 сентября 2014 года. Комплекс ГТО состоит из 11 -ти ступеней, в зависимости от возраста и пола участников, и каждая ступень предусматривает 3 уровня сложности, за прохождение которых можно получить бронзовый, серебряный или золотой значок. Каждой ступени соответствуют определенные испытания и нормативы. Все они ориентированы на диагностику уровня развития физических качеств человека, как одних из ключевых показателей здоровья.

В комплекс входят как обязательные нормативы, так и испытания по выбору. В них входит: плавание, стрельба, туристический поход, бег на лыжах, кросс по пересеченной местности, челночный бег и многое другое.

Для получения знака отличия нужно выполнить не только обязательные испытания, но и некоторые по выбору, это зависит от возрастной ступени выполняющего» [5].

Стоит отметить, что нормативы программы ГТО от 2014 года претерпели некоторые изменения по сравнению с таковыми, действовавшими в период СССР (см. таблицу 2):

Таблица 2.

Сравнение норм ГТО 1972 года и норм ГТО 2014 года

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды упражнений | 1972 (I ступень, 12-13 лет)  | 2014 (I ступень, 12-13 лет) |
| Мальчики, золото | Девочки, золото | Мальчики, золото | Девочки, золото |
| Бег 60 м, сек | 9,2 | 9,6 | 9,9 | 10,3 |
| Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места, см | 380 | 350 | 330 | 300 |
| Подтягивание или сгибание и разгибание рук в упоре лежа | - | - | 28 | 14 |
| Бег на 1,5 км | - | - | 7,10 | 8,00 |
| или на 2 км, м, с | - | - | 9,30 | 11,30 |

Как видно из таблицы 2, нормативы ГТО были уточнены и адаптированы под возрастные и физические возможности современных обучающихся, что указывает что в основе корректировки лежат показатели здоровья школьников.

Таким образом, в ходе литературного обзора по проблеме исследования было установлено, что с момента общественного упразднения ГТО показатели здоровья и занятости в спортивных секциях, обобщенно выраженные в группах здоровья школьников существенно снизились. Это нашло отражение в корректировке нормативов ГТО при их повторном введении в 2014 году. Однако, если в СССР сдача норм ГТО была социально одобряемым и престижным мероприятием, то отношение современных школьников к таковым нуждается в исследовании.

 **2. Экспериментальное исследование готовности обучающихся**

 **МБОУ «Гимназия №96» к воссозданию норм ГТО**

С целью изучения готовности педагогов и обучающихся к воссозданию норм ГТО на базе МБОУ «Гимназия №96» было проведено экспериментальное исследование. В нем приняли добровольное участие в общей сложности 169 обучающихся 4,5 и 7 классов МБОУ «Гимназия №96».

Общая выборка испытуемых была дифференцирована по уровням обучения и по половому признаку: 4 класс – 35 обучающихся; 5 класс – 83 человека; 7 класс – 51 человек.

В качестве метода исследования было выбрано анкетирование посредством закрытых вопросов.

Полученные в ходе экспериментального исследования данные свидетельствуют о том, что среди обучающихся 4 класса 15% девочек регулярно занимаются спортом, среди мальчиков таковых 36%. Среди учеников 5-х классов 28% девочек и 43% мальчиков регулярно занимаются спортом. Среди семиклассников на регулярной основе занимаются спортом 41% девочек и 52% мальчиков. Из этого следует, что чем старше возраст обучающихся, тем большее их количество стремится к регулярным занятиям спортом.

Анкетирование обучающихся относительно того, насколько интенсивно их родители занимаются спортом, показало, что у учеников 4 класса 48% родителей занимаются спортом регулярно, показывая тем самым положительный пример своим детям; 21% родителей занимаются спортом периодически, оставшиеся 31% родителей вообще не занимается спортом. В группе пятиклассников 32% родителей занимаются спортом на постоянной основе; 16% родителей занимаются спортом изредка; и 52% родителей вообще не занимается спортом. У обучающихся 7 класса 53% родителей активно занимаются спортом; 40% родителей занимается спортом иногда; 7% родителей вообще не занимаются спортом. Это говорит о том, что и в отношении родителей выявленная тенденция сохраняется: чем старше возраст обучающихся, тем активнее занимаются спортом родители.

Осведомленность обучающихся о программе ГТО, выявленная в ходе анкетирования, в процентном соотношении имеет вид: среди обучающихся 4 класса 56% детей хорошо осведомлены о сущности и содержании программы ГТО, а 44% не знают о таковой. Среди учеников 5 класса 92% детей знают о данной программе и 8% не осведомлены о ней. 98% семиклассников знают про нормы ГТО, а 2% не осведомлены о таковых.

В ходе изучения отношения обучающихся к нормам ГТО было установлено, что 45% учеников 4 класса относятся к нормам ГТО положительно; 33% обучающихся данной возрастной группы затруднились ответить, а оставшиеся 22% обучающихся относятся к нормам ГТО отрицательно. В группе пятиклассников 71% учеников относятся к нормам ГТО положительно, 18% - затруднились ответить, а 11% относятся к нормам ГТО отрицательно. Среди обучающихся 7 класса выявлено, что 55% учеников относятся к нормам ГТО положительно, 32% - затруднились ответить и 13% семиклассников относятся отрицательно к нормам ГТО. Полученные результаты позволяют утверждать, что наиболее позитивное отношение к нормам ГТО отмечается у пятиклассников, в целом же чем старше возрастная группа обучающихся, тем более положительным является их отношение к нормам ГТО.

Процентное соотношение мнений обучающихся относительно необходимости возрождения норм ГТО на базе МБОУ «Гимназия №96» Вахитовского района г. Казани в разных возрастных группах представлено так - 45% обучающихся 4 класса считают необходимым возродить нормы ГТО, 17% затруднились ответить на данный вопрос, 38% учеников отрицательно относятся к данной инициативе. Среди обучающихся 5 класса 69% считает необходимым воссоздание норм ГТО на базе школы, 8% - не смогли определиться с ответом, оставшиеся 23% обучающихся относятся к этому отрицательно. Среди учеников 7 класса 58% считает важным воссоздание норм ГТО, 27% не смогли определиться со своей позицией по данному вопросу, а еще 15% считает, что возрождать нормы ГТО на базе школы нет необходимости. Данные результаты подтверждают выявленные ранее результаты и указывают на то, что чем старше обучающиеся, тем более сознательно и положительно они относятся к воссозданию норм ГТО.

Мнения учеников относительно цели сдачи норм ГТО разошлись в следующем процентном соотношении: в 4 классе 12% обучающихся считает, что сдавать нормы ГТО нужно ради получения значка; 42% учеников считает, что это ради физической подготовки; 23% обучающихся видят в этом необходимость поддержания физической формы; а 23% учеников данной возрастной группы считает, что нормы ГТО необходимо сдавать, чтобы быть здоровым. Среди обучающихся 5 класса 21% обучающихся считает, что их надо сдавать ради значка; 49% - ради того, чтобы оценить уровень физической подготовки; 19% учеников полагают, что сдача норм ГТО помогает следить за физической формой, а 11% полагает, что они необходимы для здоровья. 12% обучающихся 7 класса считают, что нормы ГТО сдаются ради значка, 32% обучающихся видит в них способ оценки физической подготовленности; для 41% учеников 7 класса – это средство поддержания физической формы, а оставшиеся 13% обучающихся уверены, что нормы ГТО помогают оставаться здоровыми. Эти результаты показывают, что чем старше обучающийся, тем более сознательно он подходит к понимаю необходимости сдачи норм ГТО.

# **Выводы**

Обобщая результаты проведенного исследования, необходимо отметить, что в целом обучающиеся МБОУ «Гимназия №96» Вахитовского района г. Казани, принимавшие участие в исследовании положительно относятся, как к самим нормам ГТО, так и к необходимости их воссоздания на базе школы, причем, чем старше категория обучающихся, тем более осознанным и положительным является отношение обучающихся к инициативе воссоздания норм ГТО.

Таким образом, гипотеза исследования полностью доказана, а, значит, если воссоздать сдачу норм ГТО на уроках физической культуры в школах, то это повысит интерес обучающихся к спорту и благоприятно скажется на их здоровье.

# **Список использованной литературы**

1. ГТО на марше [Текст] / Отв. ред. В. А. Ивонин. - М. : Физкультура и спорт, 1975. - 304 с.
2. Енченко И. В. Эволюция комплекса «готов к труду и обороне» [Текст] / И. В. Енченко // Наука и спорт: современные тенденции. - 2014. - № 4. - С. 45-51.
3. Захаров А. А, Карасёв Е. Н, Сафонов А. В., Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств)./ Под общей ред. А. В. Карасёва. - М.: Лептос, 1994. - 368 с.
4. Иванов О.Н., Титенёва М.А. ГТО: прошлое и настоящее // Вестник ЮГУ. 2016. – №1 (40). – С.174-176.
5. Конычев А.А. Чебаев А.А. Развитие комплекса ГТО в обществе // Эпоха науки. – 2019. – №19. – С.33 – 36.