



ИЗВЕСТИЯ

ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

№4(127)

НАУЧНЫЙ
ЖУРНАЛ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ
ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ
ИСТОРИЧЕСКИЕ НАУКИ И АРХЕОЛОГИЯ

2018 г.

ОСНОВАН
в 2002 г.

Педагогические науки

- Разенкова Н.Е., Рукавицина Е.Д. Реализация субъектно-деятельностного подхода в организации практики будущих бакалавров33
- Шаймарданова Л.Ш. Готовность студентов Елабужского института Казанского федерального университета к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне».....38
- Асанов А.А., Джаксбаев В.А., Сафонов А.А. Формирование готовности курсантов авиационного вуза к освоению полетных заданий на пилотаж.....42

УДК 796.011.3

Шаймарданова Люция Шарифзяновна

Елабуга

Готовность студентов Елабужского института Казанского федерального университета в сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне»

Аннотация. Настоящая статья посвящена о выявлению готовности студентов к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне». На основе данных исследования можно сделать вывод, что большинство

студентам сдача нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» на золотой значок задача не из легких, для ее решения потребуется не только подготовка самих занимающихся, но внимание и усилия преподавателей физической культуры.

Ключевые слова: студент, норматив, готов к труду и обороне (ГТО), спорт, здоровье.

На сегодняшний день в нашей стране по популяризации спорта и здорового образа жизни среди молодежи ведется огромная работа. Это связано с тем, что молодые люди все больше страдают от проблем со здоровьем, причиной которых является малоподвижный и сидячий образ жизни. С детства у ребенка появляются телевизор, гаджеты, и он уже не хочет играть с детьми на улице, а старается остаться у экрана компьютера, что не приносит ему никакой пользы.

Внимание правительства стало направлено на развитие популяризации спорта в стране. Это увеличение количества спортивных центров и секций, стадионов, бассейнов, уличных спортивных площадок. Также введение «Готов к труду и обороне (ГТО)».

Готов к труду и обороне (ГТО) – программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях, действующая в рамках проводимой государством политики в области физического и патриотического воспитания граждан нашей страны. [2].

Программа физической подготовки под названием «Готов к труду и обороне (ГТО)» существовала в СССР с 1931 по 1991 годы: в разное время нормативы претерпевали изменения, но суть комплекса оставалась прежней. [3].

Программа была направлена на оздоровление рядовых граждан. Долгосрочной целью являлось развитие всеобщего физкультурного

движения в СССР и укрепление обороноспособности страны. Программа действовала в профессиональных и образовательных учреждениях (на заводах, в школах, вузах, техникумах и профессиональных училищах). Принять участие мог любой желающий от 10 до 60 лет. Для каждой из 10 групп по разным возрастам разрабатывался отдельный комплекс ГТО и устанавливались соответствующие требования. [4].

Возрождение «Готов к труду и обороне (ГТО)» в России произошло в марте 2014 года, когда вышел соответствующий указ Президента РФ. Будучи министром спорта России, В.Л. Мутко считал: "Комплекс ГТО должен стать неотъемлемой частью жизни каждого". Замминистра спорта Марина Томилова, выступая с докладом, говорила: "Мы надеемся, что ГТО станет локомотивом развития массового спорта!" [5].

Внедрение современного комплекса ГТО открывает широкие возможности оценивания показателей физической подготовленности. Использование норм комплекса ГТО позволяет наблюдать за индивидуальной динамикой показателей физической подготовленности индивидуума на протяжении его активной жизнедеятельности, что имеет существенное значение в последующей выработке рекомендаций к двигательному режиму тестируемого. [1].

Целью настоящего исследования стало выявление уровня готовности студентов Елабужского института Казанского Федерального Университета (ЕИ КФУ) к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне». Для этого исследование проводилось по определению уровня физической подготовленности у студентов первых и вторых курсов, согласно нормативам комплекса ГТО. В связи с вышеуказанной целью перед работой были поставлены следующие **задачи**:

1. Выявить уровень готовности молодежи к сдаче норм комплекса «Готов к труду и обороне».

2. Определялось количество сгибаний и разгибаний рук из виса на высокой перекладине, выполняемое студентами.
3. Выявить уровень гибкости с помощью теста наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Методы исследования

1. Анкетирование.
2. Сдача контрольных нормативов подтягивание из виса на высокой перекладине и наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Исследование проводилось на базе Елабужского института КФУ, в котором приняли участие 47 юношей 2 курса.

Анketируемым были заданы следующие вопросы:

1. Как вы относитесь к комплексу «Готов к труду и обороне»?

В результате опроса было выявлено следующее:

- положительно – 39 человек (83 %);
- отрицательно – 2 студента 4,3% (4,3%);
- нейтрально – 6 человек (12,7%).

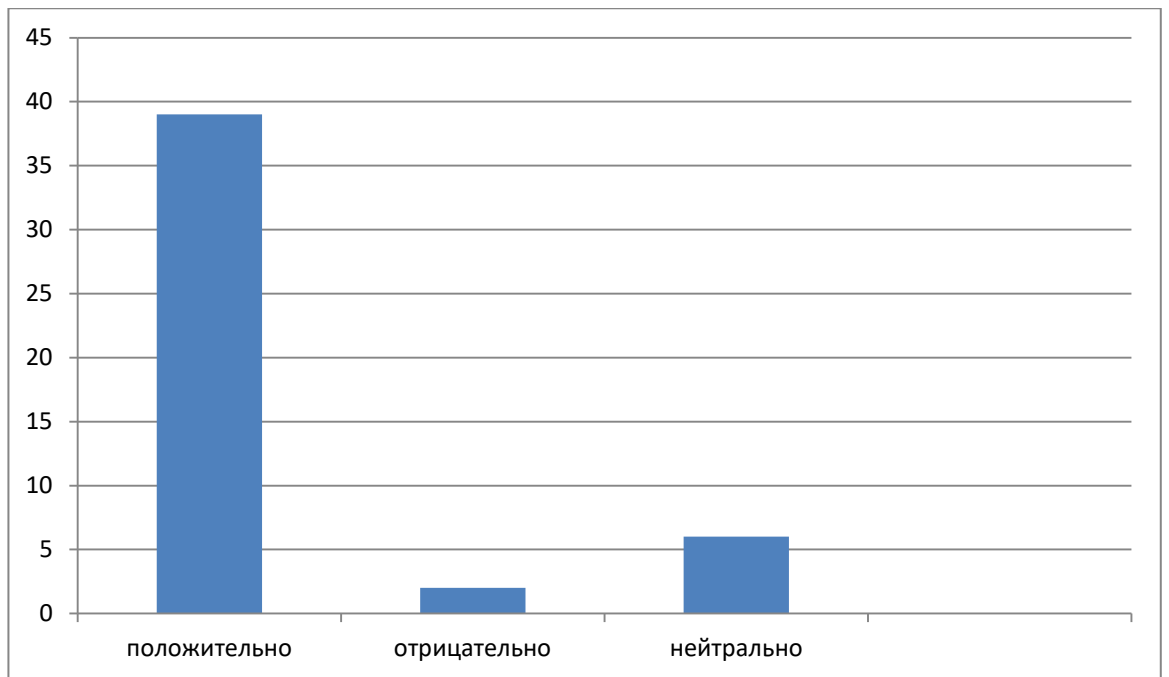


Рис. 1. Отношение к ГТО студентов

Как показано в диаграмме, большинство студентов к ГТО относятся положительно, только малое количество людей отношение к тесту отрицательное и нейтральное. Это указывает, что молодежь заинтересована к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (смотреть рис. 1.).

2. Что необходимо делать, чтобы успешно сдать нормативы ГТО?

В результате опроса было выявлено следующее:

- тренироваться – 42 человек (89,4%);
- иметь мотивацию – 2 студента (4,2%);
- быть в хорошей спортивной форме – 3 человек (6,4%).

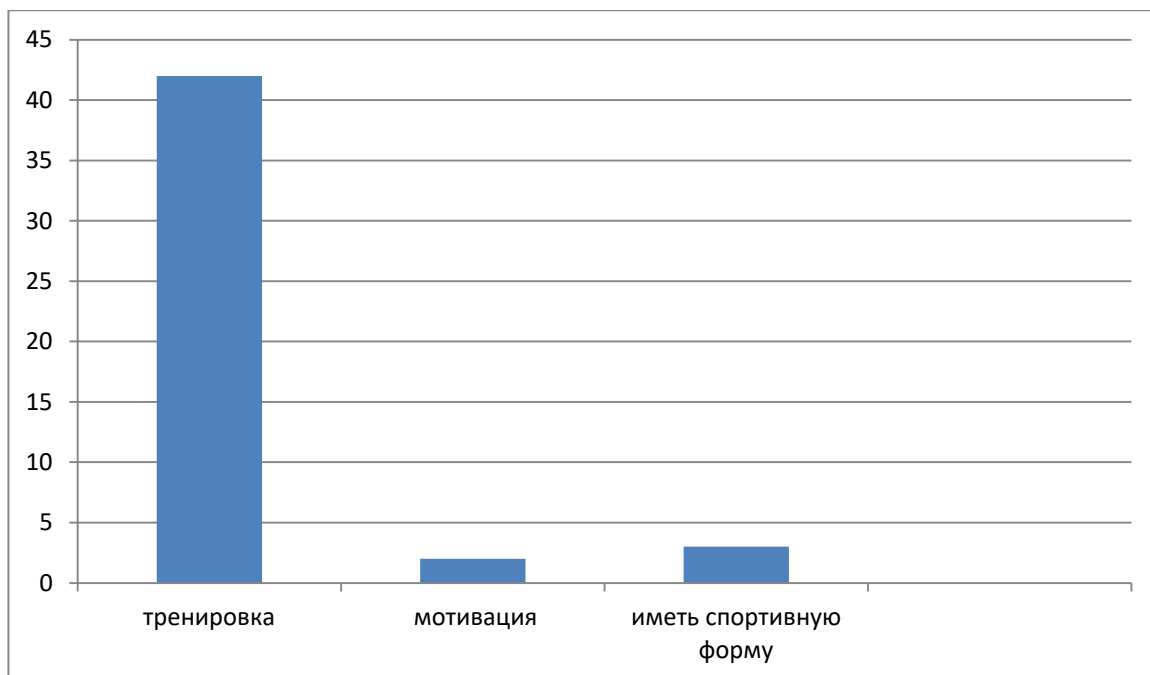


Рис. 2. Необходимость, чтобы успешно сдать нормативы ГТО.

Из рисунка видно, большинство студентов ЕИ КФУ считают, чтобы успешно сдать нормативы по комплексу «Готов к труду и обороне» надо тренироваться. Только незначительная часть думают, что надо иметь хорошую спортивную форму или заинтересовать людей (смотреть рис.2).

По правилам ГТО к выполнению нормативов допускаются только учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе. Студенты, относящиеся к подготовительной медицинской группе, могут выполнять нормативы только после дополнительного обследования врачом спортивной медицины. Специальная медицинская группа к выполнению нормативов не допускается. [6].

Из 47 исследуемых:

- основная медицинская группа – 29 человек (61,7%)
- подготовительная медицинская группа – 13 человек (27,7%)
- специальная медицинская группа – 5 человек (10,6%).

42 студента сдавали нормативы подтягивание из виса на высокой перекладине и наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, а 5 юношей, которые относились к специальной медицинской группе – нет.

Результаты, соответствующие нормативным требованиям «Золотого значка» комплекса, определялись нами как высокий уровень развития оцениваемого качества; «Серебряного значка» – как средний уровень развития; «Бронзового значка» – как низкий уровень развития. Результаты прохождения испытания, которые не соответствуют представленным в комплексе нормативным требованиям, составили отдельную группу, обозначенную как «не выполнили».

Итак, проведенный анализ показал следующее.

При выполнении теста подтягивание из виса на высокой перекладине студенты могли претендовать:

- золотой значок – 10 студентов (21,3%);
- серебряный значок – 22 юношей (46,8%);
- бронзовый значок – 8 человек (17%);
- не справились тестом – 2 студента (4,3%);
- не выполнили – 5 юношей (10,6%).

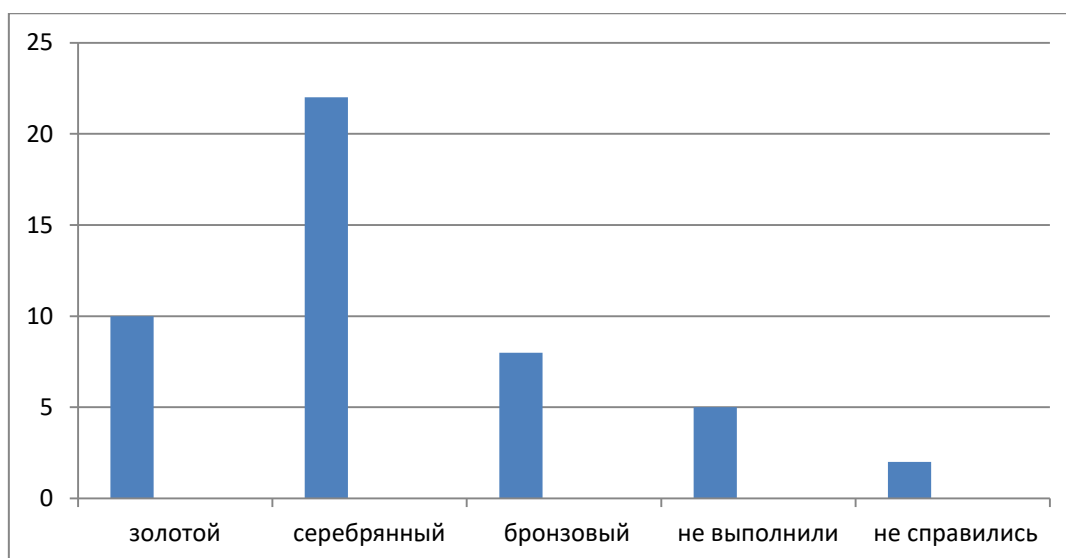


Рис. 3. Контрольный норматив подтягивание

При выполнении теста подтягивание из виса на высокой перекладине наибольшее количество юношей (40 студентов), как видно из рисунка, показало средний уровень развития. С нормативными требованиями комплекса «Готов к труду и обороне» не справилось 2 студента. Подтягивание из виса на высокой перекладине требует взаимодействие более обширных мышечных групп. Однако, как показала статистика, с тестом справились 85,1% студентов, у остальных недостаточно развиты мышцы рук (смотреть рис.3).

При выполнении теста наклон вперед юноши могли претендовать:

- золотой значок – 5 студента (10,6%);
- серебрянный значок – 13 юношей (27,7%);
- бронзовый значок – 17 человек (36,2%);
- не справились тестом – 7 студента (14,9%);
- не выполнили – 5 человек (10,6%).

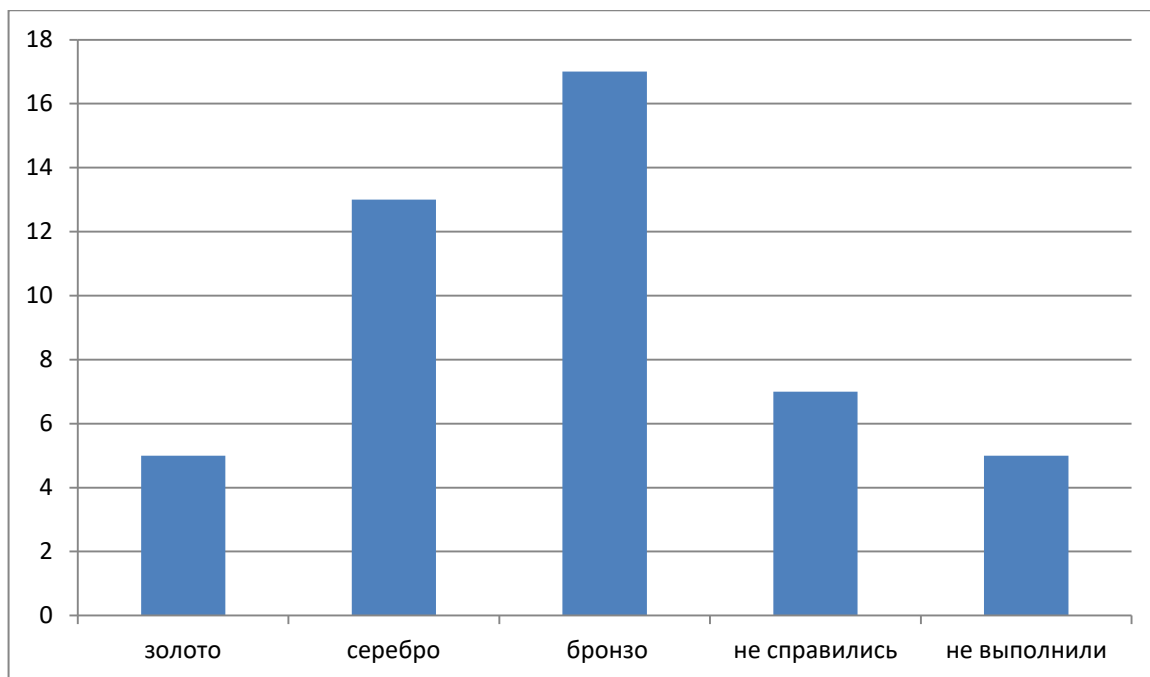


Рис. 4. Контрольный норматив наклоны вперед.

В ходе исследования было выявлено, как показано в диаграмме, что 35 студентам (74,5%) удалось выполнить наклоны вперед с правильной техникой благодаря их гибкости, хорошей растяжки. Хотя этот тестовый норматив считается один из легких, 7 человек не справились с заданием (смотреть рис.4).

На основе данных исследования можно сделать вывод о том, что не многие студенты могут претендовать на золотой значок ГТО, что свидетельствует о малоподвижном образе жизни и сниженной физической подготовленности молодых людей.

Для того, чтобы бороться с проблемой незаинтересованности молодежи в спорте, была составлена следующая методическая разработка-рекомендация:

- Вести просветительскую работу для студентов. Проводить лекционные занятия на темы о пользе спорта, вреде курения, употребления алкоголя, о сохранении здоровья.

- Преподавателям разнообразить занятия по физической культуре, а студентам позволять самостоятельно готовить комплекс упражнений.
- Использовать новые, нетрадиционные формы занятий.
- Совместно со студентами проводить акции, направленные на популяризацию комплекса «Готов к труду и обороне».

Таким образом, можно сделать вывод, что большинство студентам ЕИ КФУ сдача нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» на золотой значок задача не из легких, для ее решения потребуются не только подготовка самих занимающихся, но внимание и усилие преподавателей физической культуры.

Список литературы

1. Арнст Н.В. Физическая подготовленность студентов вуза к выполнению норм комплекса ГТО // Развитие массовой физической культуры в современной России: традиции и перспективы внедрения ВФСК (ГТО): Сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции - Красноярск: СибГТУ, 2015.- С.93-96.
2. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) (одобрены на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) протоколом № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70616522> (дата обращения: 2.02.2018).
3. О мероприятиях во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (с изменениями на 24 августа 2017 года): распоряжение Правительства РФ от 30 июня 2014 года №1165-

р [Электронный ресурс]. – URL: <http://docs.cntd.ru/document/420204647> (дата обращения: 2.02.2018).

4. РИА Новости. Р-Спорт [Электронный ресурс]. – URL: https://rsport.ria.ru/gto_interview/ (дата обращения: 2.02.2018).

5. О месте ГТО в системе здорового образа жизни / Зебра-TV [Электронный ресурс] . – URL: <https://zebra-tv.ru/novosti/chetvertaya-rubrika/o-meste-gto-v-sisteme-zdorovogo-obraza-zhizni/> (дата обращения: 2.11.2018).

6. Физическая культура: учебное пособие методические рекомендации по подготовке к сдаче нормативов ГТО/авторы – составители Л.Ш. Шаймарданова, А.З. Гарипова, АФ. Мифтахов – Елабуга: Изд-во КФУ, 2016. – 151 с.