физическую форму и выполнял все уроки согласно измененной программы. Результат работы в дистанционном формате – физическая подготовка студентов по окончанию карантина не снизилась.

Таким образом, ограничения двигательной активности не является окончанием для изучения дисциплины и освоения курса. Практика показала, что дистанционное обучение дало не меньший результат. Фактом является незаменимость очного учебного процесса с контролем преподавателя за каждым студентом. Однако вышерассмотренная практика говорит о том, что у студентов всегда есть возможности поддержания физического состояния и двигательной активности.

Список литературы

1.Васенков Н.В. Занятия физической культурой студентами энергетического вуза в условиях пандемии / Н.В. Васенков, Р.М. Валиев, И.С. Токмачёва / Вопросы педагогики. 2020. № 12-1. С. 58-60.

2.Васенков Н.В. Новые методы физического развития студентов - будущих юристов / Н.В. Васенков, Л.Т. Миннахметова, Л.Э. Бикулова, А.Б. Хабибуллин / Перспективы науки. 2020. № 4 (127). С. 137-139.

3.Ибрагимов И.Ф Особенности преподавания дисциплин «физическая культура и спорт» и «физическая культура и спорт» (элективные дисциплины) в современных реалиях образования в вузе / И.Ф. Ибрагимов, Р.Р. Салахиев, Т.С. Власова, Н.М. Закирова, И.Н.Сырова / Современные проблемы науки и образования. 2021. № 3. С. 53.

4.Мифтахов Р.А. Оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний студентов / Р.А. Мифтахов Н.Н. Шамсияров, О.В. Илюшин / Глобальный научный потенциал. 2019.№ 6 (99). С. 45-47.

5.Кабаргина А.А. Физическая культура и спорт в жизни студента / А.А. Кабаргина, С.В. Севодин / Вопросы педагогики. 2021.№ 2-1. С. 63-66.

6.Хайруллин И.Т. Методика составления индивидуальных программ физкультурных занятий с оздоровительной направленностью / И.Т. Хайруллин., Е.О. Микусов / Вопросы педагогики. 2019.№ 5-2. С. 323-326.

УДК 796.078

ПРОБЛЕМНЫЕ АСПЕКТЫ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Воробьева Ирина Владимировна[1], Залялиева Ольга Владимировна[2],
Фалеева Светлана Александровна[3]
[1,2,3]ФГАОУ ВО КФУ г. Казань, Республика Татарстан
[1]darlingirinvv@mail.ru, [2]olgazal65@mail.ru, [3]ssvenidikta@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассмотрен вопрос физической подготовки и мотивации студентов к сдаче норм ГТО на примере организации физкультурно-оздоровительной работы в Казанском Федеральном Университете**.**

Ключевые слова. Физическая культура, здоровый образ жизни, студенты, ВФСК ГТО

PROBLEM ASPECTS OF THE INTRODUCTION OF THE GTO COMPLEX IN THE TRAINING LESSONS OF UNIVERSITY STUDENTS

Vorobeva Irina Vladimirovna[1], Zalyalieva Olga Vladimirovna[2],
Faleeva Svetlana Aleksandrovna[3]
[1,2,3]FGAOU VO KFU Kazan, Republic of Tatarstan
[1]darlingirinvv@mail.ru, [2]olgazal65@mail.ru, [3]ssvenidikta@mail.ru

Annotation. This article discusses the issue of physical training and motivation of students to pass the TRP standards on the example of the organization of physical education and health work at Kazan Federal University.

Keywords. Physical culture, healthy lifestyle, students, VFSK GTO

Актуальность. Обеспечение здоровья граждан, популяризация здорового образа жизни, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом – это одно из приоритетных направлений развития социальной политики нашего государства в новейшее время. Для привлечения молодежи к массовому спорту, а также для повышения мотивации к занятиям физической культурой, ведется внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в повседневную жизнь молодежи и студентов. Немаловажную роль в эффективном внедрении комплекса ГТО могут сыграть образовательные учреждения. Возможности образовательного процесса по дисциплине

«физическая культура» необходимо использовать для подготовки студентов к выполнению требований и сдаче норм ГТО. Это обеспечивается систематическими занятиями по программе, в спортивных секциях и самостоятельными занятиями.

Но, как и любое нововведение, внедрение ВФСК ГТО столкнулось с рядом проблем. Многие авторы указывают на несколько проблемных аспектов – это недостаточная оснащенность ВУЗов спортивными сооружениями, отсутствие мотивации студентов к сдаче нормативов ГТО, недостаточная физическая подготовленность студенческой молодежи [2, 3].

Цель данной статьи – это вопрос физической подготовки и мотивации студентов к сдаче норм ГТО, который мы рассмотрим на примере организации физкультурно-оздоровительной работы в Казанском Федеральном Университете.

Результаты исследования и их обсуждение. Общеуниверситетская кафедра ФВиС КФУ с целью модернизации системы физического воспитания и массового студенческого спорта, а также для обеспечения процесса подготовки и выполнения нормативов ГТО, подготовила ряд мер, зарекомендовавших себя в течение последних шести лет внедрения комплекса. Основные усилия преподаватели кафедры физического воспитания КФУ концентрируют на увеличении числа студентов, принимающих участие в сдаче норм ГТО и их физической подготовке.

Способствовать приобщению студентов к спортивному стилю жизни, к самостоятельным занятиям призвано просвещение студентов в области физической культуры. Начиная с 1 курса со студентами активно ведется образовательная работа – проводятся лекции и беседы о пользе здорового образа жизни, отдельной темой – ВФСК ГТО. Даются методические рекомендации по подготовке к испытаниям. Это позволяет объединять теоретические знания с практикой физического воспитания. Одновременно с этим проводится агитационная работа по регистрации на сайте ГТО.ру.

Необходимость формирования физической подготовленности учащихся, является приоритетной задачей кафедры физвоспитания. Её реализация осуществляется коллективом преподавателей на спортивных площадках университета, в плавательном бассейне, легкоатлетическом манеже. Активные занятия по расписанию, в спортивных секциях, самостоятельные занятия при контроле преподавателей содействуют повышению физической подготовленности и формированию здорового образа жизни студентов. В учебные занятия по физической культуре включены элементы из комплекса ГТО, проводятся регулярный

мониторинг физической подготовки и тестирования, согласованные с нормативами, указанными в комплексе.

В практической деятельности ВУЗов довольно сложно организовать индивидуальную подготовку студентов. Навыки самостоятельного выполнения физических упражнений необходимо прививать студентам в процессе учебных занятий, приобщать студентов к физической культуре, тем самым активно внедрять физическую культуру и спорт в быт студентов, повышать их двигательную активность. Желательно, чтобы самостоятельная работа студентов велась при периодическом консультировании с преподавателем по физическому воспитанию. Преподавателями кафедры разработаны методические рекомендации по самостоятельной подготовке к сдаче норм ГТО, которые находятся в свободном доступе в электронной библиотеке университета по темам: самостоятельная подготовка к бегу на 3000 м., метанию гранаты, прыжку в длину с места и с разбега.

Отдельно необходимо остановиться на организации процесса приема нормативов ГТО в КФУ. Для упорядочения организации приема нормативов кафедрой разработана индивидуальная карточка студента, приступившего к сдаче норм ГТО. Карточка включает в себя лицевую сторону, на которой указан регистрационный номер (УИН ГТО), возрастная ступень, фамилия, имя, фотография. На внутренней стороне карточки размещены таблицы с обязательными к исполнению видами и видами испытаний по выбору (Рис.1). Таблицы составлены с учетом половой принадлежности студентов.

С помощью карточки студент имеет возможность анализировать и контролировать процесс сдачи нормативов, корректировать выполнение и заменять различные виды в случае необходимости. Преподаватель так же имеет возможность контроля.

По результатам сдачи норм ГТО _____ ступени присвоен _____ значок

Ответственное лицо _____/_____/

_____ число _____ год

Зачетная книжка по результатам сдачи норм ГТО _____ ступени

№ регистрации_____

фото

Ф_____

И_____

О_____

Уч. Группа_____

Тел. _____

Преподаватель _____

«____»_____20__г.

Женщины
Обязательные виды

№	Виды испытаний	результат	Дата сдачи	Фамилия судьи	Подпись судьи
1	Бег (с)				
2	Бег 3000 м (мин, с)				
3	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)				
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(количество раз)				
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами (ниже уровня скамьи _ см)				

Виды испытаний по выбору

№	Виды испытаний	результат	Дата сдачи	Фамилия судьи	Подпись судьи
5	Челночный бег 3х10 (с)				
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)				

№	Виды испытаний	результат	Дата сдачи	Фамилия судьи	Подпись судьи
7	Подтягивание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)				
8	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)				
9	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)				
10	Плавание на 50м (мин, с)				
11	Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку лежа(дистанция 10м (очки)				
12	Самозащита без оружия (очки)				
13	Туристский поход с проверкой туристских навыков				

Рис.1 Зачетная книжка по результатам сдачи норм ГТО

При внедрении ВФСК ГТО в широкие массы большое значение приобрёл мотивационный фактор, поскольку, он позволяет развить интерес к занятиям физической культурой и спортом, способствует формированию профессиональных качеств студентов. Мотив всегда рассматривается как основа деятельности, как основа самоорганизации личности [1]. Для того, чтобы привлечь студентов к сдаче норм ГТО в университете разработана система поощрений: материальные – надбавка к стипендии для студентов, сдавших нормативы на «золотой» знак ГТО и нематериальные – награждения в торжественной обстановке, освещение их заслуг в СМИ университета. Мотивации, то есть активно положительному отношению студентов к физической деятельности, способствуют различные мероприятия, проводимые кафедрой во внеурочное время – различные соревнования – спартакиады, турниры, мемориалы по различным видам спорта, массовые спортивные мероприятия.

Заключение. На данном этапе внедрения комплекса ГТО в учебно-тренировочные занятия студентов ВУЗов можно сказать, что ещё предстоит довольно длительная и трудоемкая работа всех административных систем. Для подготовки студентов к сдаче норм ГТО необходимо мотивировать студентов систематично и последовательно совершенствовать свои физические возможности. В случае успеха удастся увеличить число людей, регулярно занимающихся физической культурой и ведущих здоровый образ жизни.

Список литературы

1.Галич И.С., Слепова Л.Н., Хаирова Т.Н., Дижонова Л.Б. Личностная мотивация студентов к занятиям по физической культуре и спорту // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 7-2. – С. 94-95; URL: https://expeducation.ru/ru/article/view?id=5599

2.Семёнов С.А., Тагирова Н.П., Денисенко Ю.П. Физкультурно-спортивная деятельность как эффективное средство воспитания студентов // Спортивно-массовая работа и студенческий спорт: возможности и перспективы: Мат. III научно-практ. конф. с межд. участием. – 2017. – С. 181-189

3.Петров Р.Е., Волкова К.Р., Бекмансуров Р.Х. Повышение уровня силовой подготовленности студенток на основе статодинамических и динамических упражнений // Современные наукоемкие технологии. Педагогические науки, 2016. – №2(2). – С. 355-358.

УДК 796.011.1

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИННОВАЦИОННОГО ПОДХОДА К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ МОЛОДЕЖИ

Фролов Е.В.
ФГБ ПОУ «Ульяновский фармацевтический колледж» Минздрава России
e_v_frolov@mail.ru

Аннотация. В работе представлены подходы вовлечение занимающейся молодежи в проектно-практическую деятельность, как в ходе существующего учебного процесса, так и в ходе поиска инновационных форм физической подготовки. Данная модель предполагает создание условий, которые обеспечили бы само привлечение молодежи, как активно действующего субъекта процесса физического воспитания. Важнейшим условием при этом является вовлечение молодежи в предметно-практическую инновационную деятельность в ходе освоения предметного курса физического воспитания.

Ключевые слова. Физическое воспитание, молодежь, инновационная деятельность, теория, практика.

THEORETICAL AND PRACTICAL FOUNDATIONS OF INNOVATIVE APPROACH TO PHYSICAL EDUCATION OF YOUTH

Frolov E.V.
Federal State Budgetary Educational Institution «Ulyanovsk Pharmaceutical College» of the Ministry of Health of Russia
e_v_frolov@mail.ru

Annotation. The paper presents approaches to involving young people involved in project-practical activities, both in the course of the existing educational process and in the course of searching for innovative forms of physical training. This model involves the creation of conditions that would ensure the very involvement of young people as an active subject of the process of physical education. The most important condition for this is the involvement of young people in the subject-practical innovative activity in the course of mastering the subject course of physical education.

Keywords. Physical education, youth, innovative activity, theory, practice.

Актуальность. Проблема совмещения теории и практики, их взаимодействия, не просто достаточно трудна в практическом решении и не только в силу различия характера этих двух видов человеческой