

Теория и методика профессионального образования

УДК 796.011.3

doi: 10.35750/2071-8284-2021-4-209-214

Дмитрий Геннадьевич Морев

кандидат педагогических наук

<https://orcid.org/0000-0003-2482-1949>, dgozerov@gmail.com

Иван Николаевич Марченко

<https://orcid.org/0000-0002-0674-986X>, fizpo-mosumvd@yandex.ru

*Московский университет МВД России имени В. Я. Кикотя
Российская Федерация, 117437, Москва, ул. Академика Волгина, д.12*

Влияние комплекса ГТО на мотивацию занятий спортом у молодёжи

Аннотация: В статье рассмотрена актуальность введения комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО) в Российской Федерации, проанализировано его мотивационное воздействие на занятия спортом молодёжи. Проведена сравнительная характеристика нормативов ГТО, действовавших в СССР и применяемых в современной России. Выявлена взаимосвязь результатов сдачи нормативов по физической подготовке и комплекса ГТО курсантами высших учебных заведений силовых ведомств Российской Федерации. Обоснована важность и значимость введения вышеназванного комплекса. Проведено сравнение отношения курсантов высшего учебного заведения системы МВД России и студентов технического вуза, что позволило сделать вывод о необходимости повышения заинтересованности в сдаче комплекса ГТО не только среди спортсменов и курсантов учебных заведений силовых ведомств, но и среди молодёжи страны в целом.

На основании результатов анкетирования ста пятидесяти человек в возрасте от 17 до 23 лет было проведено исследование влияния сдачи нормативов ГТО на желание молодёжи заниматься спортом. Итоги анкетирования говорят о мотивационной роли комплекса ГТО для занятий молодёжи спортом. В результате проведения анкетирования также выявлены проблемы, существующие на данный момент, связанные с невозможностью тренировки и сдачи некоторых видов дополнительных нормативов, а также пути их возможного решения.

Исследование проведено с целью изучения мнения молодёжи о комплексе ГТО, а также определения актуальности и необходимости популяризации данного комплекса среди подрастающего поколения. Обозначена важность ведения здорового образа жизни и поддержания хорошей физической формы спортивными тренировками.

Ключевые слова: физическая культура, ГТО, мотивация молодёжи, здоровый образ жизни, курсанты, студенты, спорт, нормативы по физической подготовке

Для цитирования: Морев Д. Г., Марченко И. Н. Влияние комплекса ГТО на мотивацию занятий спортом у молодежи // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2021. – № 4 (92). – С. 209–214; doi: 10.35750/2071-8284-2021-4-209-214.

Dmitry G. Morev

Can. Sci. (Ped.)

<https://orcid.org/0000-0003-2482-1949>, dgozerov@gmail.com

Ivan N. Marchenko

<https://orcid.org/0000-0002-0674-986X>, fizpo-mosumvd@yandex.ru

*Moscow University of the MIA of Russia named after V.Ya. Kikotya
12, Akademika Volgina str., Moscow, 117437, Russian Federation*

GTO complex as a factor in order to motivate young people to practice sports

Abstract: The article considers the relevance of the introduction of the complex “Ready for Labour and Defence” (abbreviated as GTO (Russian: ГТО) in the Russian Federation, analyses how it encourages young people to practice sports. A comparative characteristic of the GTO standards that were in force in the USSR and of those that are in use in modern Russia is carried out. The correlation between the results of passing the standards for physical training and the GTO complex by cadets of education organizations of higher learning of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation is revealed. The importance and significance of the introduction of the above-mentioned complex is proved. A comparison of the attitude of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs and students of technical universities was made, which led to the conclusion that it is necessary to increase interest in passing the GTO complex not only among athletes and cadets of law enforcement institutions, but also among the youth of the country as a whole.

Based on the results of a survey of one hundred and fifty people aged from 17 to 23 years, a study was conducted to reveal the affect of passing the GTO standards on young people’s desire to practice sports. The results of the survey presented in the diagram allow us to draw a conclusion that the «GTO» complex encourages young people to sport.

The survey also revealed a number of current problems related to the inability to train and pass certain types of additional standards, as well as ways to solve them.

The study was conducted to examine the opinion of young people about the GTO complex, as well as to determine the relevance and need to popularize this complex among the younger generation. The importance of keeping a healthy lifestyle and maintaining good physical shape through sports training is highlighted.

Keywords: physical culture, GTO, physical education, motivation of young people, healthy lifestyle, cadets, students, sports, physical standards

For citation: Morev D. G., Marchenko I. N. GTO complex as a factor in order to motivate young people to practice sports // Vestnik of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2021. – № 4 (92). – P. 209–214; doi: 10.35750/2071-8284-2021-4-209-214.

Введение. Сегодня подрастающее поколение с малых лет умеет пользоваться компьютером, планшетом, телефоном. В связи с высокой доступностью гаджетов многие подростки забывают про здоровый образ жизни, отдавая предпочтение виртуальной игре, а не спорту [13].

Таким образом, глобальная компьютеризация несёт не только положительные результаты, но и отрицательные, в том числе ухудшение здо-

ровья. По данным статистики, с 2000 года уровень занятий спортом молодежи снизился на 17 %, а по сравнению с 1980 годом – на 39 %, что заставляет задуматься. Необходимо с раннего возраста прививать интерес к занятию спортом, который положительно влияет на развитие растущего организма [3, с. 19].

Актуальность. Понимая необходимость и важность развития спорта среди всего на-

селения нашей страны, в 2014 году Президент России подписал указ, которым утвердил Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». Этот комплекс является стимулом граждан всех возрастных категорий к занятию спортом [4].

В общем плане обучающиеся как средних специальных учебных заведений, так и высших, положительно относятся к восстановлению комплекса ГТО. Многие из опрашиваемых проявляют интерес и желание сдать нормы, а также проверить свои физические способности [17].

Можно утверждать, что была восстановлена система физкультурной подготовки, которая успешно функционировала в СССР с 1931 по 1991 годы. Данный комплекс охватывал население возрастом от 10 до 60 лет. В настоящее время возрастные рамки увеличены, теперь сдать нормативы может каждый в возрасте от 7 до 70 лет и старше [12, с. 170].

В разных точках нашей страны начинают открываться спортивные площадки для подготовки и сдачи нормативов ГТО, что, несомненно, побуждает граждан заниматься спортом. Развёрнута широкая агитация в средствах массовой информации. На спортивных площадках появились баннеры, на которых указаны возрастные группы, виды нормативов и их показатели, что стало хорошим подспорьем для актуализации комплекса ГТО среди населения. Результат проведённой работы положительный: по всей стране с каждым годом увеличивается количество участников сдачи нормативов ГТО [8].

Возможность сдачи нормативов прививает желание развивать свой физический потенциал, что является благоприятным фактором в воспитании молодёжи. Система основана на принципах добровольности, доступности и массовости.

В рамках ГТО предусмотрена сдача ряда нормативов: обязательных и дополнительных на выбор. В современный комплекс ГТО был внесён ряд изменений. Так, например, добавлен бег 10 × 10 (челночный бег), рывок гири, упражнения на растяжку (наклоны, стоя на скамейке). В советское время сдавался норматив по стрельбе из мелкокалиберной винтовки, в настоящее время на замену пришло пневматическое и в большей степени электронное оружие. Исключены езда на велосипеде и лазание по канату [10, с. 518].

Занятия спортом оказывают положительное влияние на молодое поколение, в частности на обучающихся высших заведений силовых ведомств Российской Федерации [2]. Во время прохождения обучения курсанты обязаны сдавать нормативы по физической подготовке: бег 100 м, 1000 м, 3000 м, подтягивание, отжимание от пола, упражнения на пресс, метание гранаты и другие. Эти нормативы в будущем помогут курсантам в профессиональной деятельности

по охране правопорядка и защите граждан от противоправных посягательств [6].

Сдача норм ГТО и нормативов по физической подготовке курсантами во многом связаны. При подготовке к сдаче нормативов в образовательных организациях они также готовятся к ежегодной сдаче норм ГТО. По итогам возможно получение одного из трёх знаков отличия, вручение которых проводится в торжественной обстановке, что является важным событием в жизни каждого молодого человека [11]. Раньше, в советское время, знаки были только двух степеней – I и II (золотой и серебряный) [5, с. 175].

Упражнения, включённые в комплекс ГТО, способствуют развитию у молодёжи основных физических качеств. Подтягивание, отжимание от пола и толчок гири развивают силу; бег 100 метров и челночный бег развивают скорость; бег 3000 м, плавание и бег на лыжах – выносливость. Эти физические качества положительно сказываются на выполнении служебных задач сотрудниками правоохранительных органов и других силовых ведомств.

Цель данного исследования – определить влияние комплекса ГТО на мотивацию занятий спортом у молодёжи, а также установление необходимости его дальнейшего развития в России.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

- 1) изучить посредством анкетирования уровень знания молодёжи о комплексе ГТО;
- 2) установить необходимость тренировок перед сдачей нормативов;
- 3) проанализировать мотивационную составляющую комплекса в развитии желания заниматься спортом;
- 4) уточнить актуальные проблемы в данном направлении;
- 5) определить взаимовлияние комплекса ГТО и физических нормативов в вузах силовых ведомств Российской Федерации.

Гипотеза исследования – комплекс ГТО оказывает положительное влияние на мотивацию молодёжи занятия спортом.

Характер рассматриваемых в статье вопросов обусловил использование комплекса основных методов: исторического, системного и метода сравнительного анализа.

В исследовании обобщены результаты анкетирования юношей и девушек, обучающихся в Воронежском институте МВД России. Для объективности исследования участие в анкетировании принимали курсанты всех курсов в возрасте от 17 до 23 лет (всего 150 человек).

Условно анкета была разделена на следующие блоки: общие вопросы о комплексе ГТО, основной блок, результаты сдачи нормативов и пожелания.

Участникам были представлены 15 вопросов, ответы на которые позволили сделать

выводы об уровне знаний о комплексе ГТО, о процессах подготовки к сдаче нормативов и о предлагаемых изменениях в системе сдачи.

Основные вопросы: :

- Знаете ли вы, что такое ГТО?
- Сдавали ли вы нормы ГТО и требовалась ли вам тренировка перед сдачей нормативов?
- Мотивировало ли желание получить знак отличия «ГТО» к занятиям спортом?
- Продолжили ли вы занятия спортом после сдачи нормативов?
- Какие проблемы возникали при сдаче и есть ли какие-нибудь предложения по совершенствованию этой системы?
- Имеет ли место завышение или занижение планки нормативов для определённых возрастных групп?
- Помогают ли физические навыки, полученные в ходе сдачи нормативов, в вашей повседневной деятельности?

На основании анализа результатов анкет, были сделаны следующие выводы.

Все опрошенные знали о комплексе ГТО, в основном слышали о нём от преподавателей физической культуры либо друзей. 84 % (126 человек) сдавали нормативы в рамках комплекса «Готов к труду и обороне». Остальная часть обучающихся, составившая 16 % (24 человека), не сдавала по причине нежелания тренироваться и готовиться к сдаче нормативов. Подавляющее большинство среди тех, кто нормативы не сдавал, – юноши. Этот блок представлял вводную часть анкетирования.

Исследования, проводимые на территории Российской Федерации, также подтвердили, что большая часть молодёжи (около 70 %) знают о существовании комплекса ГТО [13].

Основной же целью исследования было установление факта мотивации комплекса ГТО к занятию спортом. На вопрос о тренировках при подготовке к сдаче нормативов практически все анкетированные ответили утвердительно. В дополнение они указали, что занимались бегом, прыжками, подтягиваниями, растяжкой и отжиманиями. Ориентиром являлись нормативы, свои для каждого раздела.

Стоит отметить, если не сдан хотя бы один из основных нормативов, все остальные показатели не засчитываются и кандидат к дальнейшей сдаче не допускается [17, с. 42].

Вручение знаков отличия за успешную сдачу нормативов также имеет немаловажное значение. Больше половины опрошиваемых (74 %) подтвердили, что желание получить знак играло решающую роль, лишь 26 % опрошиваемых констатировали, что сдавали нормативы для проверки своих физических возможностей, и получение знака для них было непринципиально.

Для сравнения хотелось бы представить точку зрения обучающихся технического вуза,

в котором физическая подготовка как учебная дисциплина присутствует, но требования к сдаче нормативов ниже, чем в вузах силовых ведомств. Студенты информированы о ГТО, но сдаёт нормативы лишь небольшая часть респондентов, которая либо на любительском, либо на профессиональном уровне занимается спортом. Можно предположить, что это вызвано спецификой будущей работы обучающихся и отсутствием необходимости регулярной сдачи нормативов по физической подготовке [15].

Одним из основополагающих вопросов являлся следующий: «Продолжили ли вы занятия спортом после сдачи нормативов?». Можно сказать, что этот вопрос и определяет необходимость существования комплекса ГТО на данный момент. 70 % (88 человек) подтвердили, что после сдачи нормативов они продолжили заниматься спортом. Причины этого приводились разные: желание показать на следующий год более высокие результаты; понимание необходимости занятий спортом и поддержания тела в форме.

Завершающим блоком выступили результаты сдачи нормативов и пожелания о внесении изменений в процесс сдачи комплекса. Из числа опрошенных 47 % (59 человек) по итогам сдачи нормативов получили знаки отличия. Большая часть сдававших нормативы получили бронзовый знак, золотой получили лишь 12 человек. Это является мотивационным фактором к занятию спортом и повышению своих результатов. Практически все отметили повышение физических качеств, навыков и улучшение самочувствия. На основе проведённых экспериментов можно утверждать, что регулярные занятия спортом оказывают положительное влияние на работу дыхания, кровообращения, пищеварения и ряд других жизненно важных органов [16].

На вопрос о необходимых изменениях большинство респондентов согласилось с тем, что нормы распределены соответственно возрастным категориям и сдача их возможна. Однако часть опрошиваемых уточнила, что некоторые нормативы, не являющиеся основными, вызывают трудности при подготовке и вообще не воспринимаются, например, стрельба и туристический поход. Отмечалось, что на уровне школ и средних образовательных организаций занятия по стрельбе и туристические походы в принципе не организуются.

Многие авторы отмечают необходимость обустройства в лесных массивах пунктов, на базе которых можно было бы заниматься туризмом, изучать топографию и основы ориентирования на местности [1].

По нашему мнению, туристический поход является достаточно важной составляющей комплекса ГТО, потому что в его рамках необходимо овладеть всеми основными навыками вы-

живания в лесу: разжигание костра, ориентирование на местности, установка палатки и другие. В случае необходимости возможно применение данных навыков и обеспечение жизнедеятельности в лесном массиве [7].

Выводы. В результате проведенного исследования была изучена теоретическая база знаний молодежи о ГТО. Установлено, что необходимо серьезно и профессионально готовиться к сдаче норм ГТО. Здоровый образ жизни всегда оказывал только положительное влияние на подрастающее поколение [14]. Комплекс ГТО является необходимым стимулом для дальнейшего развития спорта среди молодежи и сильнейшим мотивационным фактором к активному образу жизни.

Существует тесная взаимосвязь комплекса ГТО и нормативов по развитию физических ка-

честв в образовательных организациях силовых ведомств Российской Федерации. Комплекс ГТО является неотъемлемой частью всестороннего и гармоничного развития молодого поколения. Для совершенствования комплекса необходимо включать в него новейшие формы физической культуры и спорта, различные формы туризма, релаксирующие программы и многое другое, способствующее укреплению здоровья и совершенствованию физических качеств подрастающего поколения

В заключение хотелось бы привести высказывание великого русского писателя Льва Николаевича Толстого, который говорил: «Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно». Эта мысль особо актуальна для молодежи, которая является будущим нашей страны.

Список литературы

1. Володина А. А. Актуальность ГТО в России, проблемы проведения ГТО и их решения / Наука и социум: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Новосибирск: СИП-ППИСР, 2019. – С. 169–173.
2. Гребенищикова Ю. А. «Нормы ГТО» глазами студентов // Инновационная наука. – 2016. – № 5–3 (17). – С. 124–126.
3. 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.
4. Золотухина К. И, Кильметова И. И, Ляшенко А. А. Возрождение ГТО // Бюллетень науки и практики. – 2018. – № 1. – С. 342–346.
5. Иванов О. Н., Титенёва М. А. ГТО: прошлое и настоящее // Вестник ЮГУ. – 2016. – № 1 (40). – С. 174–176.
6. Игнатъев Н. О. Совершенствование физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений : сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2019. – С. 282–284.
7. Клюшников Е. А. Туризм в комплексе ГТО // Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – № 1. – С. 25–30.
8. Коньчев А. А., Чебаев А. А. Развитие комплекса ГТО в обществе // Эпоха науки. – 2019. – № 19. – С. 33–36.
9. Лукина И. Ю. Особенности развития физической подготовки сотрудников полиции / Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений : сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2019. – С. 289–292.
10. Максимова И. Д., Мозгачева Е. С. ГТО как популяризация // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – 2018. – № 10. – С. 517–519.
11. Макусов О. Н., Маясова А. О. От студзачета к знаку отличия ГТО // Бюллетень науки и практики. – 2019. – № 7. – С. 386–389.
12. Мартиросова Т. А., Соловьева И. В. Возрождение системы ВФСК ГТО в России // Инновационная наука. – 2018. – № 11. – С. 168–171.
13. Меркушева Т. А., Гуляева А. А., Уланова Н. Н. Информированность молодежи о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО // StudNet. – 2020. – № 3. – С. 622–626.
14. Назаренко Л. Д. Формирование культуры здоровья средствами ГТО // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2015. – № 1 (34). – С. 117–124.

15. Сафонова О. А., Келбинская А. А., Шевцова А. Е. Отношение студентов технического вуза к сдаче нормативов ГТО // Символ науки. – 2017. – № 4. – С. 181–185.

16. Семёнова Г. И. Взаимосвязь комплекса ГТО и здоровьесформирующих технологий // Педагогическое образование в России. – 2014. – № 9. – С. 90–92.

17. Фурсов А. В., Синявский Н. И., Герега Н. Н., Кизаев О. Н. Отношение студентов к возрождению ВФСК ГТО // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2018. – № 1. – С. 41–44.

References

1. Volodina A. A. Aktual'nost' GTO v Rossii, problemy provedeniya GTO i ikh resheniya / Nauka i sotsium: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. – Novosibirsk: SIPPPIISR, 2019. – S. 169–173.

2. Grebenshchikova Yu. A. «Normy GTO» glazami studentov // Innovatsionnaya nauka. – 2016. – № 5–3 (17). – S. 124–126.

3. Dugnist P. Ya., Kolpakova Ye. M., Romanova Ye. V., Nazarov O. O. Rol' i znachenie GTO v sovremennom obshchestve // Zdorov'ye cheloveka, teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury i sporta. – 2015. – № 1. – S. 11–24.

4. Zolotukhina K. I., Kil'metova I. I., Lyashenko A. A. Vozrozhdeniye GTO // Byulleten' nauki i praktiki. – 2018. – № 1. – S. 342–346.

5. Ivanov O. N., Titenova M. A. GTO: proshloye i nastoyashcheye // Vestnik YUGU. – 2016. – № 1 (40). – S. 174–176.

6. Ignat'yev N. O. Sovershenstvovaniye fizicheskoy podgotovki kursantov i slushateley obrazovatel'nykh organizatsiy MVD Rossii / Prestupnost' v SNG: problemy preduprezhdeniya i raskrytiya prestupleniy : sbornik materialov Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. – Voronezh: Voronezhskiy institut MVD Rossii, 2019. – S. 282–284.

7. Klyushnikova Ye. A. Turizm v komplekse GTO // Vestnik akademii detsko-yunosheskogo turizma i krayevedeniya. – 2017. – № 1. – S. 25–30.

8. Konychev A. A., Chebayev A. A. Razvitiye kompleksa GTO v obshchestve // Epokha nauki. – 2019. – № 19. – S. 33–36.

9. Lukina I. Yu. Osobennosti razvitiya fizicheskoy podgotovki sotrudnikov politsii / Prestupnost' v SNG: problemy preduprezhdeniya i raskrytiya prestupleniy : sbornik materialov Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. – Voronezh: Voronezhskiy institut MVD Rossii, 2019. – S. 289–292.

10. Maksimova I. D., Mozgacheva Ye. S. GTO kak populyarizatsiya // Byulleten' meditsinskikh Internet-konferentsiy. – 2018. – № 10. – S. 517–519.

11. Makusev O. N., Mayasova A. O. Ot studzacheta k znaku otlichiya GTO // Byulleten' nauki i praktiki. – 2019. – № 7. – S. 386–389.

12. Martirosova T. A., Solov'yeva I. V. Vozrozhdeniye sistemy VFSK GTO v Rossii // Innovatsionnaya nauka. – 2018. – № 11. – S. 168–171.

13. Merkusheva T. A., Gulyayeva A. A., Uglanova N. N. Informirovannost' molodozhi o vserossiyskom fizkul'turno-sportivnom komplekse GTO // StudNet. – 2020. – № 3. – S. 622–626.

14. Nazarenko L. D. Formirovaniye kul'tury zdorov'ya sredstvami GTO // Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta. – 2015. – № 1 (34). – S. 117–124.

15. Safonova O. A., Kelbinskaya A. A., Shevtsova A. Ye. Otnosheniye studentov tekhnicheskogo vuza k sdache normativov GTO // Simvol nauki. – 2017. – № 4. – S. 181–185.

16. Semonova G. I. Vzaimosvyaz' kompleksa GTO i zdorov'yeformiruyushchikh tekhnologiy // Pedagogicheskoye obrazovaniye v Rossii. – 2014. – № 9. – S. 90–92.

17. Fursov A. V., Sinyavskiy N. I., Gerega N. N., Kizayev O. N. Otnosheniye studentov k vozrozhdeniyu VFSK GTO // Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya. – 2018. – № 1. – S. 41–44.

Статья поступила в редакцию 30.08.2021; одобрена после рецензирования 03.11.2021; принята к публикации 14.12.2021.

The article was submitted August 30, 2021; approved after reviewing November 03, 2021; accepted for publication December 14, 2021.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

The authors declare no conflicts of interests.

Авторами внесён равный вклад в написание статьи.

The authors have made an equal contribution to the writing of the article.