

### ***Библиографический список***

1. Машталь, О.Ю. Лучшие методики развития способностей у детей 4-6 лет. - СПб.: Наука и техника, 2012. 320 с.
2. Микляева, Н.В., Прищепа, С.С. Физическое развитие дошкольников. Ч. 2. Формирование двигательного опыта и физических качеств. – М.: ТЦ Сфера, 2015. 176 с.
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. 112 с.

***Туляева С. В.***

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

### **МОТИВАЦИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К СДАЧЕ НОРМ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» И ПРОБЛЕМА ИХ ПОДГОТОВКИ**

*Аннотация.* В статье раскрыты вопросы организации подготовки старшеклассников к сдаче норм ГТО: проблемы мотивации и проблемы подготовки к успешной сдаче норм.

*Ключевые слова:* нормы «Готов к труду и обороне» - ГТО, старшеклассники, мотивация, подготовка.

***Tulaeva S. V.***

Russian state vocational pedagogical University,  
Ekaterinburg, Russia

### **MOTIVATION HIGH SCHOOL STUDENTS TO PASS RULES "READY FOR LABOR AND DEFENSE" AND THE PROBLEM OF THEIR TRAINING**

*Abstract.* In the article the questions of organization of training high school students to pass the standards TRP: problems of motivation and problems of podkovki to successfully deliver the standards.

*Keywords:* rules "Ready for labor and defense" - GTO, high school students, motivation, training.

В СССР было очень почетно и модно заниматься спортом, физической культурой. Нормы «Готов к труду и обороне» сдавала вся страна от младших школьников до пенсионеров. Иметь золотые, серебряные значки было достойно. Не одно поколение выросло спортивными и здоровыми.

Как мы знаем, здоровье человека - это непосредственно достояние самой личности. Каждый вправе сам решать заниматься ему спортом или нет. Но мы должны в любом случае поддерживать свое здоровье, быть

успешными, красивыми, перспективными для дальнейшей жизни в 21 веке. Задачей государства является народосбережение через «физическое и интеллектуальное развитие способностей человека, совершенствование его двигательной активности и формирование здорового образа жизни».

Государство ищет пути помочь обществу осознать потребность внедрения здорового образа жизни. И такое решение нашли, в России возобновили Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее ВФСК ГТО).

В 21 веке мы даже не знали про такие нормы, только со слов наших родителей.

В 2013 году Президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин выпустил с инициативой о возрождении системы ГТО в современной России.

Я считаю, что возрождение комплекса подвигло государство из-за большого количества хронических заболеваний среди детей и молодежи, у половины школьников отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, нарушений сердечно - сосудистой и дыхательной систем.

Первыми кому пришлось столкнуться с ВФСК ГТО, учащиеся образовательных учреждений. Для того, чтобы учащиеся могли знать больше информации про ВФСК ГТО учителя физической культуры по всей стране проводили внедрения комплекса: беседы, классные часы, лекции, мастер-классы.

Современный комплекс ГТО охватывает возрастные группы от 6 до 70 лет и старше. Нормативы ГТО для школьников включают такие обязательные дисциплины, как бег на короткие и длинные дистанции, наклон вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье, подтягивание на перекладине из виса (для мальчиков), отжимания или подтягивание на низкой перекладине из виса лежа (для девочек), и такие дисциплины по выбору, как прыжки с места и с разбега, метание спортивного снаряда, плавание, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту, бег на лыжах, стрельбу из пневматической винтовки, кросс по пересеченной местности или челночный бег, туристский поход. Количество и виды испытаний, которые нужно сдать для получения знака отличия комплекса ГТО, а также нормативы различны для разных возрастных групп. Сейчас существуют три вида знаков отличия ГТО по сложности - золотой, серебряный и бронзовый. Определяющей для получения знака является нижняя планка: если все нормативы сданы на "золото", но хотя бы один сдан только на "бронзу", то в результате испытаний будет присвоен только бронзовый знак

Для старшеклассников и выпускников школ ввели дополнительные преимущества в поступлении в ВУЗ, СУЗ. Если учащийся сдал нормы

ГТО на золотой значок, то в приемной комиссии ему зачисляются дополнительные баллы.

Также проводят городские, областные соревнования ВФСК ГТО, по всей территории России созданы площадки для сдачи нормативов комплекса «Готов к труду и обороне», где дети показывают свои результаты и получают за них значки и свидетельства.

Во многих школах нашей области и в целом России, учителя физической культуры заинтересовали учащихся. Однако есть и проблемы в подготовке и проведении сдачи ВФСК ГТО. Во многих маленьких городах и в сельской местности нет специального спортивного оборудования, спортивных комплексов, где бы дети имели возможность сдавать плавание, специализированных мест под стрельбу. Дети не могут полноценно сдавать нормы ВФСК ГТО. Надеюсь, что наше государство посмотрит на внедрение комплекса «Готов к труду и обороне» с другой стороны, и в полной мере рассмотрит проблему спортивного инвентаря и оборудования в школах.

#### ***Библиографический список***

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года № 540 «Об утверждении положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне».

2. Примерные образовательные программы по учебным предметам. Средняя школа. Физическая культура. 10-11 классы. М.: Просвещение, 2010. - (Стандарты второго поколения).

3. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» № 172 от 24 марта 2014 года.

***Фоменко А. А.***

Омский государственный университет имени Ф.М. Достоевского  
г. Омск, Россия

## **МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ**

*Аннотация.* В условиях повышения требований к осуществлению медико-биологического контроля тренировочного процесса необходимо его внедрение во все структурные компоненты управления подготовкой борцов. С целью сохранения здоровья атлетов медико-биологическое сопровождение целесообразно реализовывать на основе использования имитационного моделирования с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.