

2. Бледнова В. Н., Фроленков А. П. Физическая культура студента: Методические рекомендации СПб: СПбГУКИ, 2002. 152 с.

3. Костарев А.Ю., Ванин Ю.В., Фокин С.О. Русская лапта: Правила соревнований Издательство: Советский спорт, 2004. 80с.

LITERATURE

1. Korobkov A. V. Physical education: Textbook/ under the editorship of V. A. Golovina, V. A. Maslyakov [etc.] - M.: Higher school, 1983. 391 p.

2. Blednova V. N., Frolenkov, A. P. Physical culture of students: guidelines St. Petersburg, SpbGUKI, 2002. 152 p.

3. Kostarev A. Yu., Vanin J. V., Fokin S. O. Russian lapta: competition rules Publisher: Sovetsky sport, 2004. 80 p.

THE HISTORY OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND RUSSIAN LAPTA IN RUSSIA

*Khalitova Svetlana Vinarova,
the student of II course group CHEM-21,
Sterlitamak branch of the Bashkir state University, Sterlitamak
Sevryukov Nikolay Nikolaevich,
senior lecturer, scientific supervisor
Sterlitamak*

УДК 796.015.865.1:373

СТРУКТУРА ПРИНЯТИЯ У МАЛЬЧИКОВ 13-15 ЛЕТ НОРМАТИВОВ 4 СТУПЕНИ ВФСК ГТО В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Хамитов Марсель Ильдарович,
аспирант,
Набережночелнинский институт социально-педагогических
технологий и ресурсов,
г. Набережные-Челны, Россия*

Аннотация. Статья содержит результаты исследования, нацеленные на выявление содержания и алгоритма принятия нормативов 4 ступени ВФСК ГТО, в общеобразовательных школах Республики Татарстан, в течение года. Результаты, полученные в ходе исследования, позволяют сделать вывод о том, что к основным зачетным мероприятиям относятся сессии принятия нормативов ВФСК ГТО. Каждая сессия имеет виды испытаний (тестов), дату официального и резервного принятия нормативов в определенный период года: осеннюю, зимнюю, весеннюю. На основании принятия нормативов осенней сессии учащихся, мальчиков 13-15 лет, мы констатируем, что не всем учащимся по силам выполнить нормативы 4 ступени ВФСК ГТО на знак отличия.

Ключевые слова: Мальчики 13-15 лет, виды испытания (тесты) ГТО, сессия принятия нормативов, медицинское заключение, нормативно-тестирующая часть.

Abstract: The article contains the results of a study aimed at identifying the content and algorithm decision stage 4 standards RLD VFSK in secondary schools of the Tatarstan Republic within the year. The results of the study lead to the conclusion that the major activities include scoring session taking VFSK RLD standards. Each session has a kind of test (test), the date of formal adoption of standards and reserve a certain period of the year: autumn, winter, spring. Thus, based on the adoption of standards for the autumn session of boys 13-15 years old students, we note that not all students can fulfill in the insignia regulations 4 steps VFSK RLD.

Key words: 13-15 years boys, the types of tests (tests) RLD, standards adoption session, a medical report, the regulatory testing part.

Введение: Согласно документу "Об утверждении плана мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" с 2016 года нормы ГТО начнут сдавать все категории населения в 12 субъектах РФ, а также учащиеся на всей территории страны [3].

Несмотря на то, что в нормы, по сравнению с советскими, было внесено около 300 изменений: добавлен бронзовый знак, результаты облегчены временем и т.д., справиться с нормативами удастся не всем учащимся.

Ученые, изучающие проблемы здоровья школьников, постоянно бьют тревогу по поводу низкого физического потенциала подрастающего поколения. Известно, что именно физическая подготовленность, во многом, обеспечивает здоровье подрастающего поколения.

Для решения этих проблем создаются и внедряются, в практику физического воспитания авторские инновационные работы.

Цели исследования: выявить содержание и алгоритм принятия нормативов 4 ступени ВФСК ГТО в общеобразовательных школах в течение года, принять нормативы (виды испытаний) осенней сессии учащихся- мальчиков 13-15 лет.

Методы исследования: анализ и обобщение научной литературы, нормативных документов, педагогическое наблюдение, математико-статистическая обработка данных.

Результаты исследования: К занятиям физкультурой и выполнению нормативов ступени комплекса ГТО допускаются обучающиеся, отнесенные к основной и подготовительной медицинской группе. К подготовительной - только после письменного согласия родителей и дополнительного медицинского осмотра врачей по спортивной медицине.

Медицинское заключение о допуске обучающихся выдают участковые врачи-педиатры (ВОП) медицинских организаций, оказывающих первичную медико-санитарную помощь несовершеннолетним в соответствии с порядком проведения профилактических осмотров, утвержденным МЗ РФ от 21.12.2012 №1346н [1]. Медицинское заключение считается действительным в течение 1 года.

Родителям учащихся необходимо предоставить письменное согласие на выполнение обучающихся нормативов (обязательных и по выбору) ВФСК ГТО в разрезе школ [2].

На основании положительного медицинского заключения и письменного согласия родителей регистрация участников выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО осуществляется в системе АИС [4]. Регистрация необходима для присвоения уникального ID-номера, позволяющий выполнять испытания ВФСК ГТО в официальном режиме.

Благодаря личному ID-номеру учащиеся могут записаться в ближайший центр тестирования для выполнения нормативов ГТО, а также наблюдать результаты выполненных испытаний на сайте в режиме on-line [5].

Нормативно-тестирующая часть проекта комплекса ГТО является важным и актуальным компонентом оценки общей физической подготовленности подрастающего поколения.

Функция данной части – систематическое получение и анализ показателей уровня физической подготовленности.

В ходе нашего исследования было выявлено, что в общеобразовательных школах Республике Татарстан ступени ВФСК ГТО разделены на сессии принятия нормативов: осеннюю, зимнюю и весеннюю [2].

Сессия включает в себя: виды испытаний (тестов), дату официального и резервного принятия нормативов.

Таблица 1

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет)

Сроки проведения	Обязательные испытания	Испытания (тесты) по выбору
Осенняя сессия	Бег на 60 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км (мин,с)	Плавание 50 м (мин,с)
Зимняя сессия	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Бег на лыжах на 3 км (мин, с) или на 5 км или кросс на 3 км по пересеченной местности
Весенняя сессия	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
		Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки) или из электронного оружия из положения сидя или с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки)
		Метание мяча весом 150 г (м)
		Туристический поход с проверкой туристических навыков

Таблица 2

График выполнения нормативов

	Сроки	Резервные дни
Осенняя сессия	19.09.2015 г - 29.09.2015 г	02.11.2015 г - 10.11.2015 г
Зимняя сессия	25.01.2016 г - 03.02.2016 г	14.03.2016 г - 21.03.2016 г
Весенняя сессия	20.04.2016 г - 15.05.2016 г	01.06.2016 г - 06.06.2016 г

В связи с вышеизложенным, нами была проведена работа по принятию осенней сессии у мальчиков 13-15 лет в г. Нижнекамск, Республики Татарстан.

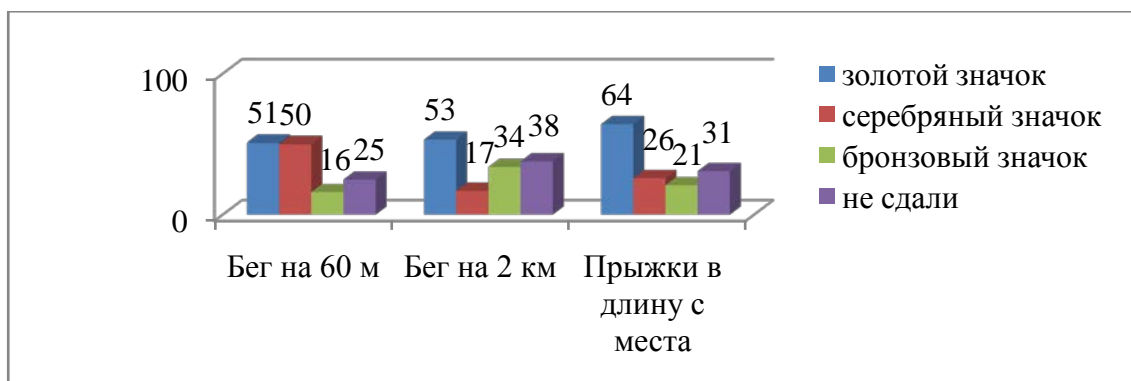


Рис.1. Результаты выполнения нормативов осенней сессии

у учащихся- мальчиков 13-15 лет, на знак отличия в каждом виде испытаний

По результатам нормативов (видов испытаний) выявлено, что:

В «Беге на 60 м» на золотой значок сдали 51 учащийся, серебряный 51, бронзовый 16, не сдали на знак отличия 25 мальчиков.

В «Беге на 2 км» на золотой значок сдали 53 учащихся, серебряный 17, бронзовый 34, не сдали на знак отличия 28 мальчиков.

В «Прыжке в длину с места толчком двумя ногами» на золотой значок сдали 64 учащихся, серебряный 26, бронзовый 21, не сдали на знак отличия 31 мальчиков.

Выводы: Результаты, полученные в ходе исследования, позволяют сделать вывод о том, что к основным зачетным мероприятиям относятся сессии принятия нормативов ВФСК ГТО. Каждая сессия имеет виды испытаний (тестов), дату официального и резервного принятия нормативов в определенный период года, осеннюю, зимнюю, весеннюю.

Таким образом, на основании принятия нормативов осенней сессии учащихся- мальчиков 13-15 лет, мы констатируем, что не всем учащимся по силам выполнить нормативы 4 ступени ВФСК ГТО на знак отличия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Министерство Здравоохранения Республики Татарстан. Порядок организации медицинского допуска обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)»// Приказ Минздрава Республики Татарстан от 18.08.2015 № 1675. С. 4

2. Министерство Образования и Науки Республики Татарстан. Об апробации и внедрении «Готов к труду и обороне» (ГТО) в общеобразовательных организациях Республики Татарстан//Приказ МО и Науки РТ от 24.08.2015 № под-9111/15. С.12

3. Первый этап возрождения комплекса ГТО: [Электронный ресурс]. М., 2014. URL: <http://gto-normativy.ru/12-regionov-gto/>. (Дата обращения: 07.08.2014).

4. Постановление Правительства Российской Федерации: [Электронный ресурс]. М., 2014. URL: <http://www.rg.ru/2014/06/18/gto-dok.html>. (Дата обращения: 11.06.2014).

5. Регистрация ГТО : [Электронный ресурс]. М., 2015. URL: <http://www.gto-normy.ru/gto-ru-registratsiya/>. (Дата обращения: 12.06.15).

REFERENCES

1. The Ministry of Health of the Tatarstan Republic. The procedure for the organization of medical admission of students of educational institutions of the Republic of Tatarstan to implement

standards-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense (RLD)" // Order of the Health Ministry of the Tatarstan Republic from 18.08.2015 № 1675. 4 S.

2. The Ministry of Education and Science of the Tatarstan Republic. On the testing and implementation of "Ready for Labor and Defense" (RLD) in educational institutions of the Tatarstan Republic // Order of the Defense Ministry and Science of RT on 24.8.2015 under the number-9111/15. C.12

3. The first phase of the revival of the RLD complex: [electronic resource]. M., 2014. URL: <http://gto-normativy.ru/12-regionov-gto/>. (Reference date: 07.08.2014).

4. The decision of the Russian Federation: [electronic resource]. M., 2014. URL: <http://www.rg.ru/2014/06/18/gto-dok.html>. (Reference date: 06.11.2014).

5. Registration of the RLD: [electronic resource]. M., 2015. URL: <http://www.gto-normy.ru/gto-ru-registratsiya/>. (Reference date: 06/12/15).

STRUCTURE OF ACCEPTANCE AT BOYS OF 13-15 YEARS OF SPECIFICATIONS 4 STEPS ВФСК ГТО IN THE COMPREHENSIVE SCHOOL

*Hamitov Marsel Ildarovich,
The post-graduate student,
Naberezhnochelninsky institute socially-pedagogical
Technologies and resources,
Naberezhnye Chelny, Russia*

УДК 796

НЕКОТОРЫЕ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИ- ЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: И СПОСОБЫ ИХ РЕШЕНИЯ

*Ханевская Галина Валентиновна, доцент
Меркушина Мария Владимировна, АрД-402
Российский государственный профессионально-педагогический
университет, г. Екатеринбург*

Аннотация. В данной статье рассмотрены некоторые проблемы, направленные на формирование здорового образа жизни. Вместе с этим затрагивается вопрос о медико-психологическом проблемном факторе физической культуры.

Ключевые слова. Физическая культура, здоровый образ жизни, индивидуальный подход к занятиям, некомпетентность, двигательная активность.

Abstract. This article describes some of the problems aimed at promoting a healthy lifestyle. At the same time it addresses the issue of medical and psychological problematic factors of physical culture.

Keywords. Physical education, healthy lifestyle, an individual approach to employment, incompetence, physical activity.

«*Движение – это жизнь, а жизнь – есть движение*», так гласит фраза, хорошо известная людям всех возрастов. Но что эта фраза несет в себе?

Для начала, следует понять, что отсутствие активного движения в жизни человека не означает смерть.

Это лишь означает, что жизнь человека без физических нагрузок и тренировок может завершиться раньше, чем у человека, ведущего активный образ жизни, либо может протекать наряду с большим количеством болезней