

сне, потрачено бесполезно, на самом деле это не так. От того, как спортсмен восстанавливается во сне, в значительной степени зависит его результат на тренировках и соревнованиях. Поэтому к вопросу восстановления во сне следует подходить ответственно и заботиться о том, чтобы оно проходило максимально эффективно.

Библиографический список

1. *Петров, А. М., Гиниатуллин, А. Р.* Нейробиология сна: современный взгляд: Учебное пособие / А. М. Петров, А. Р. Гиниатуллин. Казань: КГМУ, 2012. 109 с. Текст: непосредственный.
2. *Сапин, М. Р., Билич, Г. Л.* Анатомия человека / М. Р. Сапин, Г. Л. Билич. Москва: Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2010. 559 с. Текст: непосредственный.
3. *Milewski, M. D., Skaggs, D. L., Bishop, G. A., Pace, J. L., Ibrahim, D. A., Wren, T. A., Barzdukas, A.* Chronic lack of sleep is associated with increased sports injuries in adolescent athletes [Электронный источник] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25028798> (дата обращения 15.02.2020). Текст: электронный.
4. *Simpson, N. S., Gibbs, E. L., Matheson, G. O.* Optimizing sleep to maximize performance: implications and recommendations for elite athletes [Электронный источник] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27367265> (дата обращения 15.02.2020). Текст: электронный.

УДК 379.81.

Гареев Р.Р., Кетриш Е.В.
Gareev R.R., Ketrish E.V.

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

*Russian state vocational pedagogical university,
Ekaterinburg*

Rinat_gareev90@mail.ru

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНЫЙ
КОМПЛЕКС - ГТО: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ
ALL-RUSSIAN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS COMPLEX-GTO:
PROBLEMS AND PROSPECTS OF IMPLEMENTATION**

Аннотация. В статье рассматривается актуальность развития комплекса ГТО, проблемы его проведения и их решения в Российской Федерации. Рассматривается значимость физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», позволяющий развить такие качества, как выносливость, сила, скорость, гибкость, упорство к намеченному результату

Abstract. The article discusses the relevance of the TRP complex development, the problems of its implementation and their solutions in the Russian Federation. The article discusses the importance of the physical fitness complex "Ready for Labor and Defense", which allows you to develop

such qualities as endurance, speed, flexibility, perseverance, the pursuit of a particular goal.

Ключевые слова: спорт, подготовка, физическое воспитание, ГТО, физическая культура.

Keywords: sport, training, physical education, TRP, physical culture.

В современном мире люди все больше и больше уделяют внимание здоровому образу жизни и спорту. В век электронных технологий, компьютеров наблюдается снижение физической активности молодежи, и ухудшение состояния здоровья. В свою очередь это обуславливает необходимость и актуальность введения, активной реализации и пропаганды всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Введение данного комплекса дает видимые результаты. ГТО помогает людям физически и духовно совершенствоваться [1, с. 126-128].

Главная цель во внедрении комплекса мероприятий ГТО – это создание программной и нормативной основы системы физического воспитания обучающихся, педагогов и родителей, которая направлена на формирование гражданской ответственности за уровень своего физического развития и состояния здоровья [2].

В последние годы учебные программы вузов не учитывали целей комплекса ГТО. Включение нового комплекса ГТО в программу высших учебных заведений неизбежно приведет к необходимости совершенствования государственных образовательных стандартов высшего образования для дисциплины «Физическая культура и спорт». Однако, при существующей проблеме низкой заинтересованности обучающихся в систематической подготовке к выполнению норм ГТО, дальнейшее совершенствование стандартов высшего образования для дисциплины «Физическая культура и спорт» не позволит в полной объеме решить поставленные перед комплексом задачи.

На сегодняшний день потеряна взаимосвязь между структурами спорта высших достижений и массовым спортом. Мировая практика показывает, что физическая активность и массовый спорт обладают универсальной способностью решать проблемы уровня здоровья населения, путем увеличения продолжительности жизни и трудоспособного возраста, к тому же являясь действенным средством профилактики асоциальных проявлений. В последнее время большое количество специалистов в области физического воспитания часто поднимают вопрос о необходимости повышения интереса учащейся молодёжи к регулярным занятиям физической культурой и спортом [3, 4].

Специалисты в области физической культуры столкнулись со многими проблемами при проведении ВФСК ГТО. К их числу относятся:

- отсутствие системного финансирования мероприятий ВФСК ГТО;
- отсутствие информационной и научной поддержки. Слабый уровень методической литературы;
- невысокий уровень развития материально – технической базы;
- отсутствие проработки нормативно-правовой базы системы оценки качества физкультурного образования, структуры и критериев оценки усвоения знаний, в связи с внедрением ВФСК ГТО в деятельность образовательных организаций.

Решение данных проблем дает основания предъявлять к специалистам в области физкультуры новые повышенные требования по обеспечению качественной подготовки участников (студентов, школьников и т.д.) к сдаче тестов комплекса ГТО.

В последнее время правительство стало уделять больше внимания развитию физической культуры и спорту, но пока существует такая острая проблема, как создание современно оборудованной материально-технической базы. Остальные задачи без решения данной задачи решить будет невозможно или очень трудно. В концепцию ВФСК входит сдача нормативов по плаванию и стрельбе [5, с. 201-203]. Поэтому требуется наличие в общеобразовательных учреждениях тира и плавательного бассейна.

Также, еще одной проблемой является проведение стандартного комплекса ГТО для тех, кто относится к подготовительной и специальной группе (у школьников их насчитывается почти 70% от общего количества), ведь разработанные и предложенные нормативы рассчитаны исключительно на людей с основной группой здоровья. Есть решение – нам обещают, что 100% не останутся без внимания люди с ограниченными возможностями, для них в скором времени будет разработана программа, подобная официальному ГТО, но с учтенными особенностями их здоровья [6, с. 72-76].

Восстановление комплекса ГТО в наше время – это шаг вперед в физическом воспитании населения России. В сдаче нормативов принимают участие и пенсионеры. Для людей пожилого возраста ГТО – ответственное событие, к тому же – это ностальгия о юности. Однако, следует вовлекать к комплексу и младшие поколения, вызвать к данному спортивному мероприятию заинтересованность и желание. Молодежь, студенты и школьники – те, кто следит за модой, и по этой причине комплекс следует сделать популярным. Решить эту проблему можно путем введения новых, а главное, современных дисциплин, помимо основных.

Основной целью возрождения ГТО является популяризация спорта и увеличение числа граждан, которые ведут активный образ жизни. В перспективе, к 2020 году, доля людей, успешно сдавших нормативы,

будет составлять примерно 20%. Четверть от общего числа трудоспособного населения будет заинтересовано занятием физической культурой по месту работы. Планируется решить проблему обеспечения спортивных клубов, кружков и секций современными стадионами и инвентарем, а также оснастить этим более 60% вузов.

Для устранения проблем, затрудняющих процесс проведения комплекса мероприятий ВФСК ГТО, необходимо провести следующие мероприятия:

1) преподавателям необходимо сформировать интерес у студентов к дополнительным самостоятельным занятиям физическими упражнениями, входящими в комплекс ГТО;

2) обучить всех студентов двигательным навыкам, входящим в состав комплекса ГТО;

3) усилить информационно - пропагандистскую деятельность в направлении повышения статуса Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;

4) обучить занимающихся навыкам самостоятельных занятий физическими упражнениями, входящими в комплекс ГТО;

5) обучить занимающихся методам самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями и спортом;

6) в полной мере использовать имеющуюся спортивную материально - техническую базу учебных заведений для реализации комплекса ГТО, в том числе и для самостоятельных занятий студентов во вне учебное время.

Подводя итог вышесказанному, мы видим, что в настоящее время существуют сложности в организации и проведении ВФСК ГТО. Решение данных проблем требует проработки нормативно-правовой базы, системного финансирования и повышение уровня развития материально – технической базы.

Библиографический список

1. Холодов, А.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие для вузов / А.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М.: Академия, 2015. 480 с. Текст: непосредственный.

2. Указ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] // <http://www.kremlin.ru/news/20636>. Текст: электронный.

3. Балышева, Н.В. Общая характеристика проблемы дефицита двигательной активности студентов с ограниченными возможностями кардиореспираторной системы / Н.В. Балышева, М.Д. Богоева, М.В. Ковалева, Е.Н. Копейкина, О.Г. Румба // Культура физическая и здоровье: науч.-методич. журнал. Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2013. Вып. 4 (46). С. 85–90. Текст: непосредственный.

4. Ковалева, М.В. К вопросу об апробации Всероссийского физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / М.В. Ковалева, Е.Н. Копейкина. Текст: непосредственный. // Наука Искусство Культура: науч.

журнал. Белгород: Издательско-полиграфический комплекс БГИИК, 2016. №2 (10). С. 139–145.

5. Захаров, А.А., Сафонов А.В. Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств) / А.А. Захаров, А.В. Сафонов. М.: Лептос, 2014. 268 с. Текст: непосредственный.

6. Гуляева, Г.Ю. Современное образование: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей VI Международной научно-практической конференции. / Г.Ю. Гуляева. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». 2017. 142 с. Текст: непосредственный.

УДК 378.016

Гейдарова З.И., Кетриш Е.В.

Geydarova Z.I., Ketrish E.V.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия
Russian State Vocational Pedagogical University,
Ekaterinburg, Russia
zemfira.geydarova.96@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА
БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА
ОСНОВЕ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОДХОДА
FORMATION OF PROFESSIONALISM OF FUTURE TEACHERS
OF PHYSICAL CULTURE ON THE BASIS OF COMPETENCE
APPROACH

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию проблемы формирования профессионализма будущих педагогов физической культуры, основным методологическим подходом для которой является компетентностный подход, его современное понимание и трактовка в научно-практических исследованиях.

Abstract. This article is devoted to the study of the problem of forming the professionalism of future physical education teachers, the main methodological approach for which is the competence approach, its modern understanding and interpretation in scientific and practical research.

Ключевые слова: профессионализм, физическая культура, формирование профессионализма будущих педагогов физической культуры, компетентность, компетентностный подход в обучении педагогов физической культуры.

Keywords: professionalism, physical education, the formation of professionalism of future teachers of physical education, competence, competency-based approach in training physical education teachers.

В настоящее время в сфере физической культуры и спорта возникает очень много вопросов к профессионализму будущих