

Комплекс ГТО как средство формирования мотивации к занятиям физической культурой у старшеклассников

RLD complex as a means of formation of motivation for physical education in high school students

УДК 37.012

Получено: 19.11.2021

Одобрено: 15.12.2022

Опубликовано: 25.02.2022

Николаева О.В.

Ведущий специалист отдела развития физической культуры и спорта в образовательных организациях министерства образования и науки Калужской области, магистрант направления подготовки «Организация работы с молодежью» Института социальных отношений ФГБОУ ВО «Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского»

Nikolaeva O.V.

Leading specialist of the department for the development of physical culture and sports in educational organizations of the Ministry of Education and Science of the Kaluga Region, Undergraduate of the training direction "Organization of work with youth" of the Institute of Social Relations of the Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky"

Аннотация

В статье освещены вопросы актуальности и необходимости реализации масштабного проекта ВФСК ГТО, формирования мотивации к занятиям физической культурой у детей старшего школьного возраста как следствие выполнения нормативов комплекса ГТО на золотой знак отличия. На основе анализа данных из единой базы данных ВФСК ГТО сделаны выводы о мотивации к сдаче нормативов комплекса ГТО и занятиям физической культуры у детей старшего возраста.

Ключевые слова: ВФСК ГТО, мотивация, психологические особенности детей старшего школьного возраста, физическая культура.

Abstract

The article highlights the issues of relevance and the need for the implementation of a large-scale WFSK TRP project the formation of motivation for physical education in children of senior school age, as a result of fulfilling the standards of the RLD complex for the golden badge. On the basis of the analysis of data from the unified database of the All-Russian Sports School of the RLD conclusions were made about the motivation for passing the standards of the RLD complex and physical education in older children.

Keywords: VFSK TRP, motivation, psychological characteristics of children of senior school age, physical culture.

В известном детском стихотворении С.Я. Маршак 1937 г. «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку. Из примет – «среднего роста, плечистый и крепкий, ходит он в белой футболке и кепке. Знак "ГТО" на груди у него. Больше не знают о нем ничего», сообщает читателю Маршак.

Ирония стихотворения заключалась в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне! [9].

Те, кто учился в школе еще до распада Советского Союза, помнят три заветные буквы – ГТО или «Готов к труду и обороне» – программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

После победы Великого Октября страна укреплялась, набирала политическую мощь, энтузиазм советских людей и их тяга к новому проявлялись во всех сферах: в здоровье, культуре, труде, науке и спорте. В истории разработки новых методов и форм физического воспитания основную роль сыграл комсомол. Он инициировал создание Всесоюзного комплекса «Готов к труду и обороне». В 1930 г. в газете «Комсомольская правда» было напечатано обращение, в котором предложили ввести Всесоюзные испытания «Готов к труду и обороне» [9].

Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г. ставят задачу увеличить долю населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2030 г. до 70%, а среди обучающихся – 90% [12].

В.В. Путин на заседании Совета по развитию физической культуры и спорта отметил следующее: «Принципиально важно, чтобы за этими цифрами стояло качество, чтобы регулярные занятия физической культурой были не просто хорошей модой, хотя и это очень важно, но еще лучше, чтобы они стали устойчивой привычкой, естественной нормой, образом жизни большинства людей в нашем обществе» [13].

Для решения этой задачи с 2014 г. в Российской Федерации реализуется Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности [15].

Целями комплекса ГТО являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

б) повышение уровня физической подготовленности населения;

в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;

г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов [14].

Организаторы проекта считают возрождение комплекса ГТО в учебных заведениях принципиально важным для формирования у молодого поколения целеустремленности и уверенности в своих силах.

С 1 января 2016 г. школьники массово начали выполнять нормативы комплекса ГТО. В первую очередь, это были дети старшего школьного возраста.

У детей старшего возраста происходят существенные изменения в организме и психике, что обусловлено половым созреванием [2]. По мнению Л.С. Выготского, это существенно изменяет сферу интересов ребенка [3].

В переходном периоде можно отчетливо проследить две фазы в развитии интересов: волну появления новых влечений, создающих органическую основу для новой системы интересов, а затем и волну созревания этой новой системы интересов, над выстраивающейся над новым влечением. Это состояние вызывает необходимость организовывать в ряде случаев психолого-педагогическую поддержку обучающимся [5]. Фаза влечений длится обычно около двух лет. Она характеризуется как фаза резких колебаний и столкновений психологических установок, фаза крушения авторитетов.

Старшие школьники испытывают потребность реализовывать себя как субъекта, приобщаясь к социальным сторонам жизни не просто на уровне понимания, но и как преобразователи [7].

Главным критерием оценки себя и других становятся нравственные и психологические особенности личности. В это время ребенок оказывается на пороге реальной взрослой жизни [6].

В мотивационной сфере подростка происходит чрезвычайно важное событие, заключающееся в том, что они в значительной степени способны руководствоваться в своем нравственном поведении теми требованиями, которые сами к себе предъявляют и теми задачами и целями, которые перед собой ставят [7], происходит переход от «реактивного» следования требованиям извне к активному построению своего поведения в соответствии со своим собственным идеалом [8].

Мотивация – внутренний процесс, происходящий в человеке, вызванный его потребностями, которые стимулируют к действиям и достижениям желаемого результата [8].

Термин «мотивация» впервые употребил Артур Шопенгауэр в статье «Четыре принципа достаточной причины», с тех пор этот термин прочно вошел в обиход для объяснения причин поведения человека и животных. В настоящее время мотивация, понимаемая как источник активности и, одновременно, как система побудителей любой деятельности, изучается в самых разных аспектах в различных отраслях знания: в физиологии, в возрастной, общей, педагогической психологии, в педагогике и других отраслях науки.

Отечественная психология изучает мотивацию на основе субъект-объектной схемы исследования в рамках концепций личности и деятельности, разработанных в трудах С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева.

Мотивационная сфера включает в себя волевую и эмоциональную составляющие личности, удовлетворения своих потребностей.

Основой внешней мотивации являются наказания, поощрения и другие виды стимуляции, направляющие или тормозящие поведение человека.

Процесс целенаправленного формирования мотивационной сферы личности – это процесс формирования самой личности, её интересов, привычек, установок, направленности в целом.

У школьников старшего школьного возраста отмечается устойчивость целей, достаточно развитое чувство долга, ответственность. Интересы уже не ситуативны, а возникают постепенно по мере накопления знаний. Отсюда – устойчивость ряда мотивов, базирующихся на интересах и поставленных самими учащимися целях [6].

Главными мотивами подростков выступают саморазвитие, самоутверждение, достижения, идентификация [4].

Классический закон Йеркса—Додсона, сформулированный несколько десятилетий назад, установил зависимость эффективности деятельности от силы мотивации. Из него следует – чем выше сила мотивации, тем выше результативность деятельности.

У старшеклассников приближается завершение среднего образования, что обуславливается необходимостью выбора профессии.

Исследователи говорят о социальной роли образования «как интегральной ценности духовной культуры» [2].

Для поступления в высшее учебное заведение школьнику необходимо сдать ЕГЭ [11]. Также при поступлении учитываются дополнительные баллы за индивидуальные достижения: наличие статуса чемпиона и призера Олимпийских игр, Паралимпийских игр и Сурдлимпийских игр, чемпиона мира, чемпиона Европы, лица, занявшего первое место на первенстве мира, первенстве Европы по видам спорта, включенным в программы Олимпийских игр, Паралимпийских игр и Сурдлимпийских игр, наличие золотого знака отличия комплекса (ГТО) и удостоверения к нему установленного образца.

Подробнее остановимся на одном из таких видов индивидуального достижения – на золотом знаке комплекса ГТО [9].

Нормативы комплекса ГТО разработаны на основании анализа уровня физической подготовленности всех возрастных групп населения (от 6 до 70 лет) по 3 уровням сложности, соответствующим золотому, серебряному или бронзовому знакам отличия.

Каждая ступень включает набор обязательных испытаний и тестов по выбору. Комплекс ГТО основывается на принципах добровольности и доступности, оздоровительной и личностной ориентированности.

К сожалению, сдать с первого раза нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия получается далеко не у всех. И, как следствие, возникает потребность в систематических занятиях физической культурой.

Основными причинами, побуждающими школьников к занятиям физической культурой, являются получение удовольствия от упражнений, общение, забота об укреплении здоровья, стремление к физическому совершенствованию, снятие нервного напряжения, стремление угодить родителям.

Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО помогает повысить уровень физической подготовленности учащихся, сформировать ценностно-ориентационные установки, которые будут побуждать ребенка выполнять двигательное действие с удовольствием.

По данным федерального статистического наблюдения формы № 2-ГТО «Сведения о реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне (ГТО)"» на 01 января 2021 г., на сайте комплекса ГТО зарегистрировано 15 961 обучающихся 16-17 лет, что составляет 15% от общего числа обучающихся Калужской области.

В 2018 г. 780 обучающихся 16 - 17 лет выполнили нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия, в 2019 г. – 1421 чел. Для сравнения, в 2018 г. 569 школьников 13-15 лет выполнили нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия, в 2019 – 1116 чел. Что наглядно показывает мотивацию для получения золотого знака отличия у старших школьников и, как следствие, мотивация к систематическим занятиям физической культурой.

В соответствии с планом мероприятий, разработанным и утвержденным министерством спорта Калужской области и министерством образования и науки Калужской области, школьники принимают активное участие в мероприятиях по пропаганде и реализации комплекса ГТО: фестивалях ГТО, торжественных мероприятиях по вручению знаков отличия комплекса ГТО, выполнившим нормативы комплекса ГТО на знак отличия, квестах, фотоконкурсах, конкурсах рисунков, встречах с послом ГТО в Калужской области, конкурсе на лучшую организацию, внедряющую комплекс ГТО.

Команда обучающихся из 10 муниципальных образований области, вошедших в десятку лучших муниципальных образований по выполнению нормативов комплекса ГТО, принимала участие в профильной смене ФГБОУ «ВДЦ «Смена» в селе Сукко города-курорта Анапа.

Сборная команда обучающихся представляла Калужскую область в финале Всероссийского фестиваля ГТО среди обучающихся образовательных организаций в ФГБОУ «ВДЦ «Артек». По итогам выступления в финальном этапе Фестиваля команда

Калужской области заняла 6-е место в общекомандном зачете из 83 команд субъектов Российской Федерации.

Кроме того, часть тестов комплекса ГТО входит в программу спортивного многоборья Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания». Победители регионального этапа представляют область во Всероссийском этапе мероприятия в ФГБОУ ВДЦ «Смена».

С начала реализации комплекса ГТО Калужская область в рейтинге регионов страны поднялась с 48 на 5 место. Такие высокие результаты области достигнуты только за счет участия обучающихся в реализации комплекса ГТО.

Комплекс ГТО является одним из средств, стимулирующих всестороннюю физическую подготовленность школьников, благодаря которому учащиеся приобщаются к систематическим занятиям физической культурой.

Комплекс ГТО не просто набор норм и требований к физической подготовке, а часть продуманной системы, нацеленной на формирование личности, готовой к выполнению гражданского долга. Идея добровольной сдачи спортивных нормативов комплекса ГТО и получение знака отличия в качестве награды за приложенные усилия имеет большое значение в формировании физического, духовно-нравственного и патриотического воспитания молодежи.

Литература

1. *Бабушкин И.Е., Воронцов П.Г., Жариков А.Ю.* Реализация образовательного аспекта формирования здоровья молодежи в теоретической дисциплине «Здоровый образ жизни и физкультурно-оздоровительные практики» // *Философия образования.* – 2017. – № 4. – С. 110–122.

2. *Виллос В.К.* Психологические механизмы мотивации человека. – Москва: Проспект, 2013. – 170 с.

3. *Выготский Л.С.* Психология развития ребенка. – Москва: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2004. 512 с.

4. *Иванова И.В.* Дополнительное космическое образование и сопровождение саморазвития личности: точки соприкосновения // *Вестник Томского государственного университета.* – 2015. – № 394. – С. 201-210.

5. *Иванова И.В.* Психолого-педагогическая поддержка современных детей и подростков // *Психолого-педагогические основания формирования ценности здоровья, культуры здорового и безопасного образа жизни в системе образования: Сборник научно-методических материалов.* – Москва: АНО «ЦНПРО», 2013. – 296с. – С. 100-104.

6. *Иванова И.В.* Формирование готовности подростков к саморазвитию как целевая функция дополнительного образования // *Воспитание школьников.* 2018. №6. С. 27-34.

7. *Иванова И.В., Макарова В.А.* Детские объединения и движения как пространство социализации и творческого саморазвития подрастающего поколения // *Вестник Томского государственного педагогического университета.* – 2016. – №1 (166). – С.33-37.

8. *Ильин Е.П.* Мотивация и мотивы. – Санкт-Петербург: Питер, 2006. 512 с.

9. История ГТО. [Электронный ресурс]. URL: <https://user.gto.ru/history> (дата обращения 19.01.2021).

10. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении положения о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)». [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/70675222/> (дата обращения: 19.01.2021).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.10.2015 № 1147 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/71238710/> (дата обращения 19.01.2021).

12. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года». [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_369118/.

13. Стенограмма заседания Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта от 06.10.2020. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.kremlin.ru/events/councils/64162> (дата обращения 19.01.2021).

14. Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/70619520/> (дата обращения: 19.01.2021).

15. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 19.01.2021).