УДК 796.015.865.14

ТЕКУЩАЯ ОЦЕНКА ИНФОРМИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ О ПРОГРАММЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

Кисель А.А., Кичева И.Е., Милюкова М.А., Каркавцева И.А.
Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова, Архангельск,
e-mail: karkavtseva.irina@yandex.ru

В статье оценивается осведомленность и заинтересованность современной студенческой молодежи Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова города Архангельска к участию в программе Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Среди населения именно студенты в большей степени подвержены стрессовым ситуациям, так называемому «сидячему» образу жизни и нарушениям режима дня, что пагубно отражается на здоровье подрастающего поколения. Данный факт, бесспорно, указывает на необходимость приобщения современной молодежи к занятиям физической культурой и спортом, что является, на наш взгляд, крайне актуальным и важным в современном обществе. В ходе нашего исследования получены текущие данные степени информированности студентов Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова о порядке организации, проведения и верификации тестирования по выполнению контрольных нормативов физической подготовки. Также в рамках нашего исследования изучены и выявлены экспериментальные показатели предварительной оценки уровня физической подготовленности и уровня здоровья молодежи с целью проверки степени готовности студентов к выполнению контрольных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Ключевые слова: Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», студенты, физическая подготовленность, здоровье, нормативы, тестирование

CURRENT EVALUATION AWARENESS OF STUDENTS ABOUT THE PROGRAM OF THE ALL-RUSSIAN PHYSICAL CULTURE AND SPORT COMPLEX «READY FOR LABOR AND DEFENSE»

Kissel A.A., Kicheva I.E., Milyukova M.A., Karkavtseva I.A.
Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov, Arkhangelsk,
e-mail: karkavtseva.irina@yandex.ru

The article assesses the awareness and interest of modern students of the Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov town of Arkhangelsk to participate in the program of the All-Russian sports and sports complex «Ready for Labor and Defense.» Among the population, it is students who are more susceptible to stressful situations, the so-called "sedentary" lifestyle and violations of the daily regimen, which adversely affect the health of the younger generation. This fact, undoubtedly, indicates the need for the inclusion of modern youth in physical culture and sports, which is, in our opinion, extremely relevant and important in modern society. In the course of our research, we obtained current data on the degree of awareness of students of the Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov on the organization, conduct and verification of testing for the implementation of control standards of physical fitness. Also in the framework of our study, experimental indicators of preliminary assessment of the level of physical fitness and health of young people were studied and identified in order to check the degree of readiness of students to perform control tests of the All-Russian sports and fitness complex «Ready for Labor and Defense».

Keywords: All-Russian physical culture and sports complex «Ready for Labor and Defense»; physical culture, students, physical fitness, health, standards, testing

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО») – это программа физкультурной подготовки населения, основанная на государственной системе патриотического воспитания населения и действовавшая в СССР с 1931 по 1991 годы [1]. В настоящее время ВФСК «ГТО» является важным этапом в развитии системы физического воспитания, а также способствует дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь людей и созданию необходимых предпосылок для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины [2], а особенно, студенческой молодежи [3].

Цель исследования: текущая оценка уровня информированности студенческой молодежи о программе ВФСК «ГТО» и степени готовности студентов Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова (САФУ) города Архангельска к сдаче испытаний ГТО.

Материалы и методы исследования

Для решения поставленных задач применялись методы анализа научно-методической литературы по проблеме исследования и опрос-анкетирование с целью выявления и текущего анализа полученных данных.

В исследовании участвовали студенты Высших школ САФУ, а также Технологического колледжа Императора Петра I г. Архангельска и Института судостроения и морской арктической техники САФУ г. Северодвинска. В качестве респондентов принимали участие студенты 1–5 курсов и магистранты в количестве 111 человек (80 девушек и 31 юноша), возраст участников исследования составил от 16 до 25 лет. Все респонденты прошли медицинский осмотр и дали добровольное согласие на проведение исследования.

Результаты исследования и их обсуждение

Изучение и анализ учебно-методической литературы, научных публикаций и статей показал, что современный ВФСК «ГТО» представляет собой 11 ступеней для лиц мужского и женского пола в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам. Лицам, принявшим участие, но не выполнившим нормативы на бронзовый знак отличия, вручается знак Комплекса ГТО – «Участник». Тестирование осуществляется в порядке, установленном приказом Министерства спорта Российской Федерации от 28.01.2016 года №54 «Об утверждения Порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) ГТО [4].

Нормативы ГТО охватывают 40 видов тестов, но в каждой из 11 ступеней достаточным для получения определенного знака является выполнение 3–8 тестов с правом выбора варианта теста. При проведении тестирования необходимо выполнить обязательные испытания (тесты) с целью определению уровня развития скоростных способностей, выносливости, силы, гибкости, а также испытания (тесты) по выбору с целью определения уровня развития координационных и (или) скоростно-силовых способностей, уровня овладения прикладными навыками.

В исследовании для студентов рассматривается выполнение контрольных испытаний ВФСК «ГТО» (V и VI ступени) возрастной группы 16–17 и 18–29 лет, которые включают [5]:

• обязательные испытания (тесты): бег на 30 м./ или 60 м./ или 100 м.; бег на 3000 м. (для мужчин) и 2000 м. (для женщин); подтягивание из виса на высокой перекладине/ или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/ или рывок гири 16 кг. (для мужчин) и подтягивание из виса лежа на низкой перекладине/ или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (для женщин); наклон вперёд из положении стоя на гимнастической скамье;

• испытания (тесты) по выбору: челночный бег 3х10 м.; прыжок в длину с разбега/ или прыжок в длину с мета толчком двумя ногами; метание спортивного снаряда весом 700 г. (для мужчин) и 500 г. (для женщин); поднимание туловища из положения лежа на спине; бег на лыжах на 5 км./ или кросс на 5 км. (для мужчин); кросс на лыжах на 3 км./ или кросс на 3 км. (для женщин); плавание на 50 м.; стрельба из пневматической винтовки/ «электронного оружия» на 10 м.; самозащита без оружия; туристический поход с проверкой туристических навыков.

В ходе исследования респондентам было предложено ответить на ряд вопросов. Анализ данных опроса-анкетирования текущего анализа информированности и заинтересованности студентов в участии в программе ВФСК «ГТО» представлен в таблице.

По экспериментальным данным, представленным в таблице, видно, что значительное число студентов (91,4%) отличаются высоким уровнем информированности о программе ВФСК «ГТО» и многие респонденты (57,7%) зарегистрированы как участники программы ВФСК «ГТО». Кроме того, только 31,5% респондентов готовы сдавать контрольные испытания ГТО.

Необходимо отметить тот факт, что студенты самостоятельно оценили уровень своей физической подготовленности для выполнения испытаний ВФСК «ГТО» (рис. 1), а также представлены данные респондентов (81%) о группе здоровья и физкультурной группе (рис. 2).

Результаты проведённого исследования показали, что из числа студентов, участвовавших в опросе, лишь 32% респондентов имели опыт участия в тестировании по выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Однако, положительным моментом является тот факт, что превалирующее число респондентов (91,4%) достаточно информированы о программе ВФСК «ГТО» и мероприятиях, связанных с организацией и проведением тестирования для населения. При этом, половина из числа опрашиваемых студентов (57,7%), зарегистрированы на официальном сайте ГТО как участники программы ВФСК «ГТО».

Кроме того, необходимо отметить тот факт, что большинство респондентов на основании медицинского осмотра имеют основную и подготовительную группы здоровья для занятий физической культурой. Но при этом, в ходе исследования выявили,

что многие студенты сомневаются в своем уровне физической подготовленности и функциональных возможностях организма, оценивая себя недостаточно физически подготовленными для выполнения контрольных испытаний ГТО.

Оценка информированности и заинтересованности студентов САФУ в участии в программе ВФСК «ГТО»

Вопрос	Процент участников опроса с ответом «Да»	Процент участников опроса с ответом «Нет»	Процент участников с ответом «Затрудняюсь ответить»
Знакомы ли Вы с порядком организации и проведения тестирования по программе ГТО?	91,4%	5,9%	2,7%
Имеете ли Вы индивидуальный регистрационный номер на сайте ГТО?	57,7%	40,5%	1,8%
Владеете ли Вы информацией о Знаках отличия ГТО и какими они бывают?	75,7%	17,1%	7,2%
Знаете ли Вы о наличии или отсутствии преимуществ Знаков отличия ГТО?	59,5%	32,4%	8,1%
Знаете ли Вы, какая у вас физкультурная группа и группа здоровья?	81,1%	14,4%	4,5%
Ваши знакомые, друзья имеют ли опыт участия в тестировании ГТО?	90,1%	5,4%	4,5%
Имеете ли Вы опыт участия в тестировании нормативов ГТО?	31,5%	65,8%	2,7%
Планируете ли Вы сдавать контрольные испытания ГТО в дальнейшем?	31,5%	51,4%	17,1%
Будете ли Вы испытывать / испытывали трудности при сдаче тестов ГТО?	57,7%	19,8%	22,5%
Готовы ли Вы на данный момент физически выполнить нормативы ГТО?	30,6%	56,8%	12,6%

Рис. 1. Оценка уровня физической подготовленности студентов САФУ для проведения тестирования контрольных испытаний ВФСК «ГТО»

Рис. 2. Оценка уровня здоровья студентов САФУ для проведения тестирования контрольных испытаний ВФСК «ГТО»

Таким образом, можно сделать вывод о том, что студенты САФУ города Архангельска имеют общий высокий уровень информированности о программе ВФСК «ГТО», а также осведомленности о порядке организации и проведении тестирования по выполнению нормативов ГТО. Однако следует отметить достаточно невысокий процент респондентов по намерению и готовности участвовать в тестировании по выполнению контрольных испытаний ГТО. Данный факт, по-видимому, можно связать с низким уровнем мотивации и личной заинтересованностью студентов САФУ к участию в проведении тестирования ГТО.

Список литературы

1. Шатков А.П., Натрошвили Е.Г., Полуэктов Д.Л., Соколова И.Ю. ГТО в системе физического воспитания студентов // Студенческая наука XXI века. – 2016. – №4 (11). – С. 80–83.

2. Паршикова Н.В., Бабкин В.В., Виноградов П.А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». – М.: Советский спорт, 2014. – 250 с.

3. Дедловская М.В. Значение ГТО в спортивно-физкультурной подготовленности студентов // Вестник Бурятского государственного университета. – 2017. – Вып.1. – С. 154–160.

4. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. N 540. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://base.garant.ru/70675222/ (дата обращения: 14.01.2019).

5. Нормы ГТО [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://gto.ru/norms (дата обращения: 14.01.2019).