

**Федосеев Александр Михайлович,**  
аспирант, учитель физической культуры,  
ГБОУ «Средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением отдельных предметов № 1366»,  
г. Москва

## **ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ, СДАЮЩИХ НОРМЫ КОМПЛЕКСА ГТО**

**Аннотация:** Автор подчеркивает проблему здоровья молодого поколения, обосновывая свое мнение полученными данными в результате работы с детьми младшего школьного возраста. В качестве теста общефизической подготовленности учащихся используются нормативы комплекса ГТО I-II ступени, подразумевающие прохождения медицинской проверки.

**Ключевые слова:** начальная школа, комплекс ГТО, функциональное состояние.

Следует отметить, что последнее десятилетие отмечено повышенным вниманием правительства, учёных, спортивных педагогов к состоянию здоровья населения. Особенно это относится к подрастающему поколению, где неудачно организованное дошкольное и школьное образование по физической культуре играет отрицательную роль, как в укреплении здоровья, так и в процессе массового досуга учащихся. Специалисты Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев, А.Н. Тяпин сходятся во мнении, что оценивать подготовленность учащихся необходимо с помощью педагогического контроля, как с одним из факторов повышения эффективности управления учебным процессом физического воспитания. В настоящее время, активно вводится сдача новых нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (далее ГТО). Впервые комплекс ГТО был введён в 1931 году по инициативе ВЛКСМ для повышения уровня физической подготовленности и мобилизационной готовности советского населения, в первую очередь, – молодого поколения. В дальнейшем комплекс неоднократно дополнялся, совершенствовались как нормативы, так и его классификация. Новый комплекс ГТО отличается от советского варианта чёткими возрастными ступенями, включающими в себя обязательные и дополнительные испытания, увеличивающие шанс получения золотого, серебряного и бронзового знаков [2, с.136; 4, с.205]. Предполагается, что прирост индивидуальных результатов позволит создать у школьников положительный психологический настрой и повысить мотивационную составляющую к достижению более высокого уровня физической подготовленности, достигающую за счет повышения баллов ЕГЭ.

В общей системе работы школ, как аспиранту, учителю по физической культуре начальных классов, мне всегда было интересно состояние физической подготовленности школьников. Изучение и анализ литературных источников, и обобщение передового опыта в работе способствовало постановлению цели - оценить подготовленность школьников к сдаче норм комплекса ГТО I-II ступени. Достижение цели осуществлялась выполнением задач (анализ литературных источников по тематике исследования, изучения медицинского архива школы, проведение мониторинга сдачи обязательных нормативов комплекса ГТО). Объектом исследования были учащиеся общеобразовательной школы (ЮВАО № 1366) в возрасте 6 – 10 лет, предметом исследования – обязательные испытания комплекса ГТО I-II ступени.

Перед приемом испытаний ознакомились с положением о Всероссийском физкультурно – спортивном комплексе ГТО [1], в котором указаны ступени ГТО, а так же ограничения приёма нормативов у людей, не подходящих по состоянию здоровья. Как правило, I ступень (6-8 лет) соответствует возрасту 1-го класса, а II ступень (9-10 лет) затрагивает диапазон 2-го класса. Обязательные тесты I - II ступени (бег на 30, 60, 1000 м., челночный бег (3x10м), прыжок в длину с разбега или с места толчком двумя ногами, подтягивания из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу) комплекса ГТО одинаковы, за исключением требований к результатам, у II ступени он выше [3, с. 116].

На основании результатов медицинского обследования дети в школах распределяются на пять групп. К 1-ой группе здоровья относятся дети, не имеющие отклонения, во 2-ой группе дети имеют риск развития хронических заболеваний, 3-ья группа здоровья характеризуется наличием патологий и в 4,5-ую группы здоровья (не допускаются к сдаче норм комплекса ГТО) попадают дети с тяжелыми пороками развития и сниженными функциональными возможностями. Анализ медицинского архива школы №1366 указывает, что в 1 классе уровень 2 группы здоровья равен 67%, 1-ой – 29%, 3-ей – 9%. Во 2 классе показатели процентного соотношения лучше, это явление объяснимо меньшей численностью вторых классов: 1-ая – 42%, 2-ая – 34% и 3-ья группа здоровья – 4%.

Проследив всю динамику групп здоровья, начиная с 1 по 11 классы, обнаружили ухудшения групп здоровья детей от начального к среднему и старшему звену. Так min процент детей со 2-ой (40,4%), 3-ей (3,7%) группами здоровья зафиксирован в начальной школе, а max - у старшеклассников: 2-ая группа здоровья – 77,6% и 3-ья – 28,6%.

Несмотря на то, что дети начальных классов являются одним из самых здоровых звеньев в школе, проведенный мониторинг физической подготовленности указывает на низкий процент сдачи норм комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знаки. В I ступени в среднем со всеми обязательными испытаниями справилось 48,29% учеников, войдя в диапазон знаков ГТО. Max процент не вошедших в диапазон знаков был у мальчиков в сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу – 82,35%. Почти все девочки справляются с силовым заданием (подтягивании из виса лежа на низкой перекладине) на 89%. С обязательными нормативами II ступени в среднем справляются 46,2% ученика. Так же, фиксируется высокий процент не сдачи мальчиками отжиманий от пола – 66%, хотя этот показатель значительно улучшился по сравнению с I ступенью. В средних результатах на гибкость (наклоны вперед из положения стоя) в I ступени 27 % испытуемым удалось коснуться пола ладонью (золотой знак), 30% пальцами (серебряный знак) и 43% не сдали. Показатель золотого знака II ступени увеличивается почти в 2 раза и достигает 49%, что не удивительно, учитывая то, что сдача норматива не усложняется по сравнению с I ступенью.

В данной статье представлены лишь некоторые полученные результаты мониторинга подготовленности детей, но и их хватает для заключения, что с переходом учеников в старший класс увеличивается не только учебная нагрузка, но и процентное соотношение 2-ой и 3-ей групп здоровья. Способность детей 1-2

классов сдать обязательные испытания комплекса ГТО на золотой знак, как в I (5,14%) так и II (7,64%) ступени небольшая.

Таким образом, внедрение и реализация нормативов комплекса ГТО в общеобразовательных школах может послужить началом для благоприятного повышения общей физической подготовленности и улучшения здоровья населения.

*СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:*

- 1. Всероссийский физкультурно - спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО): документы и методические материалы. / Н.В. Паришкова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров/ под общей ред. В.Л. Мутко; Министерство спорта Российской Федерации. – М.: Советский спорт, 2014 – 60 с. : ил.*
- 2. Дунаев К.С., Федотов С.И. Научные труды международной научно – практической конференции ученых. – Москва – Луганск.: ЛНАУ.2014 – 140 с.*
- 3. Дунаев К.С., Федосеев А.М. Олимпийские игры и современное общество. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Малаховка: МГАФК, – 2014. 244с.*
- 4. Дунаев К.С., Федосеев А.М. / Оздоровление нации средствами физической культуры и спорта: Материалы научно-практического форума/ФГБОУ ВПО ПГСГА. – Самара: Изд-во «Инсома-пресс», 2014. – 244 с.*