

DOI: 10.12731/2218-7405-2015-4-5

УДК 796.015.865

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»:
ВЧЕРА И СЕГОДНЯ**

Гогин А.Б., Гогина Н.В.

Цель. В связи с появлением новой редакции физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (2014 г.), авторы статьи заинтересовались изменениями, произошедшими в содержании редакций комплекса разных лет. Исследование организовано с целью изучения динамики содержания комплекса «ГТО», в том числе содержания тестовых испытаний и нормативов в них.

Методология проведения работы. В ходе исследования проводилось исследование нормативно-правовых документов, (постановления Совета министров СССР, положения Госкомспорта СССР, Указ Президента РФ, распоряжения Правительства РФ и др.), регламентирующих проведение тестирования населения по нормам физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Выполнен анализ специальной литературы, раскрывающей содержание физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», сопоставлены нормативы в испытаниях двигательного характера.

Результаты. В статье представлен анализ содержания трех редакций физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (1972, 1985, 2014 годы), изучены требования к сдаче нормативов в двигательных тестах, исследована динамика нормативов в испытаниях на проявление основных двигательных качеств человека.

Область применения результатов. Результаты исследования могут быть использованы в процессе подготовки инструкторов по сдаче норм ВФСК «ГТО», применены в ходе тестирования физической подготовленности учащихся школ, училищ, вузов.

Ключевые слова: всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»); нормы комплекса «ГТО»; ступени комплекса «ГТО»; знак комплекса «ГТО».

SPORT PROGRAM «READY TO LABOUR AND DEFENCE»: THEN AND NOW

Gogin A.B., Gogina N.V.

Objective. *The sport program «Ready to labour and the defence» (Gotov k trudu i oborone – GTO) was restored in Russian Federation in 2014 but its content had been changed since 1931. The study is devoted to dynamic patterns of the sport program «Ready to Labour and the Defence», including tests and norm requirements.*

Methods. *Analysis of legal documents and special books on the sport program «Ready for Labour and Defense».*

Results. *The content of three editions (1972, 1985, 2014) of the sport program «Ready for Labour and Defense» was analyzed. Dynamic patterns of the motor tests and norm requirements were studied.*

The Results of the study can be applied in training process of GTO instructors as well as in testing process of school, college and university students' physical preparedness.

Keywords: *sport program «Ready for Labour and Defense» (GTO); GTO norms; GTO levels; GTO badges.*

Введение

В 2014 году в России на высшем уровне принято решение о возрождении программы физической подготовки населения, в нынешней трактовке – Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» (далее ВФСК «ГТО»). Согласно Указа Президента РФ от 24.03.2014 за № 172, сделано это «в целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения» [6]. Согласно этого же Указа, ВФСК «ГТО» вводится в стране в действие с 01.09.2014 г. как программная и нормативная основа физического воспитания населения.

Мы попробовали проследить историю возникновения этого комплекса и изучить динамику его содержания.

Результаты исследования и их обсуждение.

Универсальная интернет-энциклопедия «Википедия» трактует словосочетание «Готов к труду и обороне СССР (ГТО)» как «программу физкультурной подготовки в общеобразовательных,

профессиональных и спортивных организациях в СССР, основополагающую в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодежи». Отмечено, что существовала она с 1931 по 1991 год и охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.

В педагогическом энциклопедическом словаре под редакцией Б.М. Бим-Бада фраза «Готов к труду и обороне (ГТО)» обозначена как «программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР в период с 1931 по 1991 год, и которая состояла из двух частей: «Будь готов к труду и обороне СССР (БГТО)» – для школьников 1-8 классов и «ГТО» – для учащихся и населения старше 16 лет» [4].

Изучение литературных источников показало, что нормативы и требования комплекса ГТО периодически изменялись: редакции вносились в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах, усовершенствовался комплекс в 1972, 1985, 1988 годах. Если до 1985 года изменения происходили каждые 8-12 лет, то после 1985 года продолжительность периодов комплекса ГТО, в ходе которых вносились необходимые уточнения и дополнения, резко сократились [3].

Изменения затрагивали число нормативов, зачетных требований по теоретическим разделам, числа ступеней, возрастных границ, требований, касающихся недельных объемов физической нагрузки. Происходил пересмотр содержания тестовых упражнений: дистанции трасс, время выполнения упражнения, количество выполнений упражнения, очки [1, 2, 3]. Неизменным оставалось только то, что за успешное выполнения норм комплекса спортсмен мог получить значок комплекса ГТО установленного образца, соответствующего его уровню физической подготовленности.

В 1991 году комплекс ГТО перестал существовать.

Задачами возрожденного ВФСК «ГТО» согласно разработанного Правительством РФ Положения от 11.06.2014 за № 540 являются:

- «а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;
- б) повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
- 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» [5].

В отличие от ранее существовавших вариантов комплекса ГТО, структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 2014 года состоит из 11 ступеней и охватывает население от 6-ти до 70-ти лет и старше.

В отличие от предыдущих редакций комплекса ГТО, с 2014 года практические двигательные тесты разделены на две группы: обязательные и по выбору. В обязательных тестах принимают участие все тестируемые, а из перечня тестов по выбору можно выбрать те, в которых результаты у спортсменов лучше. При этом нужно помнить о том, что существует определенное количество тестов, по результатам которых тестируемый может претендовать на «золотой», «серебряный», «бронзовый» значок. Если в комплексе ГТО 1976 года в упражнениях и нормах комплекса IV ступени «Физическое совершенство» (19-28 лет) у мужчин было предусмотрено 10 видов упражнений (при 9-ти зачетных для получения «золотого значка»), то в редакции 2014 года количеством видов испытаний в возрастной группе от 18 до 24 лет (VI ступень), которые необходимо выполнить для получения знака отличия комплекса, является 8 из 10-ти для «золотого значка», 7 из 10-ти для «серебряного» и 6 из 10-ти для «бронзового».

В рамках проводимого исследования были изучены нормативы комплекса «ГТО» разных лет (табл. 1). Рассмотрены перечни тестов и их нормативы, соответствующие «золотому» знаку для мужчин и женщин в возрасте от 18 до 28 лет в 3-х редакциях комплекса «ГТО»: 1972, 1985, 2014 годов.

Нами было выяснено, что не все виды испытаний оставались неизменными по содержанию за период существования программы «ГТО». Дистанция в беге на выносливость у мужчин не изменялась в исследуемые годы, она составляла 3000 метров. Однако сравнивать этот показатель с результатами других лет достоверно нельзя, так как в 1976 году бежали кросс, а в 1985 и 2014 годах – по дорожке стадиона.

В беге на выносливость у женщин в 1985 и 2014 годы дистанция равнялась 2000 метров. В 1976 году женщины соревновались на дистанции 1000 метров.

Прыжок в длину и сгибание рук в упоре лежа (у женщин) были включены в перечень тестов изучаемой нами ступени комплекса в 1976 и 2014 годах, тогда как в 1985 году эти испытания не проводились.

Плавание, как вид испытания комплекса ГТО, проводилось во все исследуемые годы, однако с 1985 года дистанция для пловцов уменьшилась вдвое и составила 50 метров. В стрельбе,

как и в плавании, изменилась дистанция, с которой выполняют выстрелы – это с 25-ти метров в 1976 и 1985 годах (в мишень № 6) либо с 50 метров (в мишень №7) и с 10 метров с 2014 года (в мишень № 8). При этом есть различия в виде оружия, из которого выполняли(ют) стрельбу: в 1976 и 1985 гг. – из малокалиберной, с 2014 г. – из пневматическая винтовки.

Лишь четыре испытания не претерпели временные изменения: бег на 100 метров, метание гранаты, бег на лыжах, подтягивание на перекладине у мужчин. Только их можно уверенно сравнивать с аналогичными испытаниями других лет, так как процедура сдачи этих тестов не изменилась. Изучение нормативов в данных тестах вместе с другими позволили получить представление о требованиях, предъявляемых к проявлению физических качеств людей в настоящее время и в 70-х и 80-ых годах прошлого века.

Таблица 1

**Фрагменты перечня нормативов комплекса ГТО в редакциях разных лет
 (результаты в тестах соответствуют уровню «золотого» знака комплекса)**

Виды испытаний	2014 год		1985 год		1976 год	
	18-24 лет (VI степень)		18-24 лет (степень «Физическое совершенство»)		19-28 лет (степень «Фи- зическое со- вершенство»)	
	муж- чины	жен- щины	муж- чины	жен- щины	мужчи- ны	жен- щины
Бег 100 метров (сек)	13,5	16,5	13,5	15,7	13,0	15,2
Метание гранаты (муж.700 гр., жен. 500 гр.) (м)	37	21	46	27	47	27
Бег на лыжах (мужчины – 5000 метров, женщины – 3000 метров) (мин)	23.30	18.00	23,30	17	24	17
Подтягивание на перекладине (мужчины) Сгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) (кол-во раз)	13	-	11	-	13	-
Бег 3000 метров (мин)	12.30	-	11,40	-	10.30 (кросс)	-
Бег 2000 метров (мин)	-	10.30	-	10.30	-	-
Прыжок в длину (см)	430	320	-	-	5.00	3.80
Плавание 50 метров (мин)	0,42	1.10	0,42	1.11	-	-
Плавание 100 метров (мин)	-	-	-	-	1.50	2.00
Стрельба из малокалиберной винтовки дистанция – 25 м (очки)			42	38	43	37
Стрельба из пневматической винтовки дистанция – 10 м (очки)	25	25				

Выводы

1. Анализ требований к сдаче норм «золотого знака» комплекса «ГТО» у мужчин и женщин показал, что результаты в тестах в разные годы неодинаковы. Требования к проявлению быстроты (бег на 100 метров), скоростно-силовых способностей (прыжок в длину, метание гранаты), выносливости (бег на лыжах, бег на 3000 метров у мужчин), силы (подтягивание на высокой перекладине, сгибание рук в упоре лежа) изменялись в сторону упрощения сдачи нормативов. Большая часть результатов в тестах комплекс ВФСК «ГТО» 2014 года ниже, чем в другие исследуемые годы. Одинаковыми и сравнительно одинаковыми остались нормативы в сгибании рук в упоре лежа у женщин, плавании на 50 метров, беге на 2000 метров у женщин, стрельбе.

2. Исследование содержания и нормативов комплекса «ГТО» дает нам право утверждать, что смысловое значение названия комплекса, а именно «Готов к труду и обороне» частично утратилось. Если в содержание комплекса 1976 года включались требования к уровню знаний основ гражданской обороны, обязательного минимума знаний населения по защите от оружия массового поражения, способам оказания самопомощи и взаимопомощи и пр., то в более поздних редакциях комплекса речь идет только о выполнении нормативов в двигательных тестах. Этот факт, несомненно, отразится на улучшении физической подготовленности населения и повышении готовности к труду, но не скажется положительно на его готовности к обороне и самообороне.

Список литературы

1. Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР». Изд. 4. – М.: «Физкультура и спорт». 1976. 40 с.
2. Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО). – М.: Физкультура и спорт, 1985. 32 с.
3. Михайлов, В.В. Путь к физическому совершенству. – М.: Физкультура и спорта, 1989. 95 с., ил.
4. Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б.М. Бим-Бад. – М.: Большая российская энциклопедия, 2002. 528 с.: ил.
5. Положение «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», утвержденное Правительством РФ от 11.06.2014 № 540.

6. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе» Готов к труду и обороне» (ГТО)».

References

1. The sport program «Ready for Labour and Defence of the USSR» Ed. 4. – Moscow: «Physical Education and Sports», 1976. 40 p.
2. The sport program «Ready for Labour and Defence of the USSR». – Moscow: «Physical Education and Sports», 1985. 32 p.
3. Mikhailov, V.V. The path to physical perfection. – Moscow: Physical Education and Sports, 1989. 95 p., il.
4. Teaching encyclopaedic dictionary / Editor-in-chief B.M. Bim-Bad. – Moscow: Great Russian Encyclopedia, 2002. 528 p., il.
5. Regulation «On the All-Russian sport program «Ready for Labour and Defense», the confirmed Government Federation of Russia of June 11, 2014, № 540.
6. Presidential Federation of Russia Decree of March 24, 2014, № 172 «On the All-Russian sport program «Ready for Labour and Defense».

ДАННЫЕ ОБ АВТОРАХ

Гогин Алексей Борисович, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта, декан факультета физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент
Шуйский филиал ФГБОУ ВПО «Ивановский государственный университет»
ул. Кооперативная, д. 24, г. Шуя, Ивановская область, 155908, Россия
e-mail: gab.78@mail.ru

Гогина Наталья Владимировна, инструктор по физической культуре
МБДОУ «Детский сад № 23 комбинированного вида» г. Шуя
ул. 1-ая Московская, д. 4, г. Шуя, Ивановская область, 155901, Россия
e-mail: fitness.009@mail.ru

DATA ABOUT THE AUTHORS

Gogin Aleksey Borisovich, assistant professor of the chair of theory and methods of the physical culture and sport

Ivanovo State University, Shuya branch

Kooperativnaya street, 24, Shuya, Ivanovo region, 155908, Russian Federation

e-mail: gab.78@mail.ru

Gogina Nataliya Vladimirovna, instructor on physical culture of Preschool educational institution Kindergarten №23 combined type, Shuya

1ST Moskovskaya street, 4, Shuya, Ivanovo region, 155901, Russian Federation

e-mail: fitness.009@mail.ru