

УДК 616.71/.74+796.011.1+323+796.015.1+616-053.2

## ВНЕДРЕНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Сытник Галина Владимировна

НИИ спортивных и оздоровительных технологий, НГУ им. П.Ф. Лесгафта. 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35  
E-mail: galya2828@mail.ru

**Ключевые слова:** комплекс ГТО; физическая культура; воспитание.

**Актуальность.** К сожалению, в последние годы наблюдается увеличение числа детей и подростков с заболеванием костно-мышечной системы (КМС). По официальным данным Минздрава России, в частности расчета Росстата, в России на 2019 год зарегистрировано 806 тыс. детей от 0 до 14 лет с заболеваниями костно-мышечной системы и соединительной ткани [1]. Причинами этих отклонений специалисты называют малоподвижный образ жизни (гиподинамия), накопление отрицательных эмоций без физической разрядки. Так, по данным руководителя центра немецких технологий лечения сколиоза, врача программы Best Practice Programm, детского хирурга, ортопеда-травматолога, заведующей отделением медицинской реабилитации детей Городской больницы № 40 Курортного района г. Санкт-Петербурга Могилянцевой Т.О., с заболеваниями опорно-двигательного аппарата диагностируется 80% выпускников школ, в том числе 50% имеют противопоказания при выборе профессии по причине заболеваний КМС [4].

В целях совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, Президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин 24 марта 2014 года подписал Указ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)»» [2].

**Цель.** Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях.

**Материалы и методы.** В данном исследовании были использованы следующие методы: анализ и обобщение научной и научно-методической литературы, документальных источников, наблюдение, интервьюирование, опрос.

**Результаты.** Следуя политике государства, с целью популяризации и пропаганды здорового образа жизни у студентов [1], проведен опрос «Здоровье и здоровый образ жизни» у студентов Финнуниверситета и СПбГЭУ, в котором приняли

участие 158 респондентов 17–18 лет. В результате опроса выяснилось, что только 19% респондентов ведут здоровый образ жизни. Проанализировав данные, пришли к выводу, что остро назрел вопрос о необходимости в проведении с молодежью просветительской работы в повышении мотивации молодых людей к ведению здорового образа жизни посредством популяризации физической культуры и спорта, в частности вовлечения студентов в сдачу норм комплекса ГТО. С этой целью был организован для нашей выборки студентов курс лекций в Финнуниверситете и массовая сдача комплекса ГТО студентами и сотрудниками этих университетов в количестве 125 человек на площадке СК им. В.И. Алексеева Выборгского центра тестирования г. Санкт-Петербурга с 18 по 25 апреля 2021.

Была также организована сдача норм ГТО сотрудниками Научно-исследовательского отдела (НИО) и Научно-исследовательского института спортивных, оздоровительных технологий и социально-экономических проблем (НИИ спортивных и оздоровительных технологий) в рамках открытого весеннего фестиваля спорта, здоровья и ГТО, посвященного 125-летию со дня основания НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 11–13 мая 2021 года в Санкт-Петербурге. Важно отметить, что все участники показали высокие спортивные результаты и успешно выполнили нормы комплекса ГТО на золотой знак отличия.

**Выводы.** Таким образом, можно констатировать, что факт внедрения комплекса ГТО в школах — это необходимый процесс для воспитания личности ребенка, который помогает выработать у подростка такие качества, как выносливость, стремление работать над собой, желание быть здоровым и воспитывать здоровое поколение. Кроме того, данный комплекс способствует развитию не только физической функции организма, но и умственной. В свою очередь, грамоты, сертификаты, благодарственные письма являются отличным стимулом для дальнейшего развития и самосовершенствования у студентов и сотрудников вуза своих физических качеств и духовных ценностей, что опосредованно влияет на формирование физической культуры личности.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Государственная программа «Здоровая нация — здоровая Россия»: описание и особенности. <https://mirkultura.ru/gosudarstvennaya-programma-zdorovaya-natsiya-zdorovaya-rossiya-opisanie-i-osobennosti/> (дата обращения: 24.08.2021).
2. Указ о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» от 24 марта 2014 г. № 1721 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
3. Федеральная служба государственной статистики. <https://rosstat.gov.ru/statistic/> (дата обращения: 27.08.2021).
4. Телеканал Санкт-Петербург. Главный врач. Как сохранить спину ребенка здоровой. [https://www.youtube.com/watch?v=bEZ\\_xnGhoуc](https://www.youtube.com/watch?v=bEZ_xnGhoуc) (дата обращения: 27.08.2021).