

УДК 796.015

Вишневский Владислав Иванович, канд. пед. наук, доцент,
МАДИ, Россия, 125319, Москва, Ленинградский пр., 64, vladvishn@mail.ru

Щербакова Вера Львовна, канд. биол. наук, доцент,
МАДИ, Россия, 125319, Москва, Ленинградский пр., 64, kfv@madi.ru

Платонова Елена Николаевна, ст. преподаватель,
МАДИ, Россия, 125319, Москва, Ленинградский пр., 64, kfv@madi.ru

ПУТИ БОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В ЛИЧНОСТНОМ РАЗВИТИИ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. В практике внедрения комплекса ГТО использование его с целью гармоничного и всестороннего развития личности самое сложное направление, т.к. в большинстве своем акцент делается на физическую подготовку, на развитие соответствующих физических качеств для выполнения установленных и принятых норм. Для использования огромного потенциала личностного воздействия комплекса ГТО, в статье показывается необходимость комплексного понимания ГТО и всей системы физвоспитания, как личностно-ориентированной деятельности, направленной на телесное (соматическое) воспитание – формирование культуры здоровья, двигательной культуры и культуры телосложения, физкультурно-двигательное и спортивное воспитание. Показывается, что реализация этих направлений использования ГТО возможно при применении игрового метода, как одного из наиболее привлекательного и естественного метода физического и личностного развития детей и молодежи. Раскрываются возможности использования в процессе подготовки к выполнению норм ГТО с этой целью традиционных подвижных игр, не соревновательных кооперативных игр, народных игр, инновационных и социально-ориентированных игр. Показывается, что разнообразные игры могут быть составляющей частью различных праздников, фестивалей, форумов и т.п., а составленные из этих игр игровые программы самостоятельным направлением внеурочной деятельности.

Ключевые слова: комплекс ГТО, физическое и личностное развитие, игровой метод подготовки к выполнению норм ГТО.

Vishnevsky Vladislav I., Ph. D., associate professor,
MADI, 64, Leningradsky Prosp., Moscow, 125319, Russia, vladvishn@mail.ru

Shcherbakova Vera L., Ph. D., associate professor,
MADI, 64, Leningradsky Prosp., Moscow, 125319, Russia, kfv@madi.ru

Platonova Elena N., senior lecturer,
MADI, 64, Leningradsky Prosp., Moscow, 125319, Russia, kfv@madi.ru

WAYS TO MAKE MORE EFFECTIVE USE OF COMPLEX TRP IN THE PERSONAL DEVELOPMENT OF YOUNG PEOPLE

Abstract. In practice of introduction of complex ГТО the use of him with the purpose of harmonious and all-round development of personality the most difficult direction, as in most an accent is done on physical preparation, on development of corresponding physical qualities for implementation of the set and accepted norms. For the use of enormous potential of personality influence of complex ГТО, the necessity of the complex understanding of ГТО and all system of физвоспитания is shown in the article, as to the personality-oriented activity, sent to corporal (somatic) education – forming of culture of health, motive culture and culture of build, athletic-motive and sport education. Shown, that realization of these directions of the use of ГТО maybe at application of playing method, as one of the most attractive and natural method of physical and personality development of children and young people. Possibilities of the use open up in the process of preparation to implementation of norms of ГТО to that end traditional movable games, not competition co-operative games, folk games, innovative and socially-oriented games. Shown, that various games can be the component of different holidays, festivals, forums etc., and the playing programs made from these games by independent direction of extracurricular activity.

Key words: ГТО complex, physical and personal development, game method of preparation for the implementation of ГТО norms.

Указом Президента Российской Федерации в 2014 году был возрожден Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)», разработан и утвержден Правительством РФ план мероприятий по поэтапному его внедрению. Если на начальном этапе 2014 – 2015 гг. предусматривалась апробация комплекса ГТО среди учащихся образовательных организаций, то начиная с 2016 года внедрение комплекса ГТО среди учащихся всех образовательных организаций страны, а с 2017 года – повсеместное внедрение комплекса ГТО среди всех категорий населения России.

Государственный подход и масштабность проводимых мероприятий по внедрению комплекса объясняется его целью: повышение эффективности использования возможностей физической культуры

и спорта в укреплении здоровья, патриотическом воспитании гармоничном и всестороннем развитии личности.

К сожалению, в практике внедрения комплекса ГТО использование его с целью гармоничного и всестороннего развития личности самое сложное направление, т.к. в большинстве своем акцент делается на физическую подготовку, на развитие соответствующих физических качеств для выполнения установленных и принятых норм. Данное положение является не только практической, но научной проблемой и **объектом самостоятельного исследования. Предметом исследования** является – гуманистический потенциал подготовки и выполнения норм комплекса ГТО для всестороннего и личностного развития молодежи.

Цель исследования

Поиск форм и методов использования процесса подготовки к выполнению норм ГТО для всестороннего и личностного развития молодежи.

Задачи исследования

1. Провести ретроспективный анализ стремления человека к всестороннему гармоничному развитию, к физическому совершенствованию.
2. Рассмотреть возможные формы и средства подготовки молодежи к выполнению норм ГТО и для личностного развития.
3. Представить и описать наиболее эффективные формы и средства подготовки молодежи к выполнению норм ГТО и для личностного развития.

Методы исследования

Исторический, теоретический анализ, комплексное и личностно-ориентированное рассмотрение процесса физического воспитания и комплекса ГТО, как его составляющей.

Результаты исследования

Во все века, еще с времен Древней Греции, было стремление человека к всестороннему гармоничному развитию, к физическому совершенствованию. Человека, не умеющего писать и плавать, в Древней Греции считали «телесным и умственным калекой» и наоборот считалось, что чем прекраснее тело человека, тем лучше он сам. Стремление к совершенству и эстетике отражалось в названии участников древнегреческих соревнований – "aisthetikos", что означало эстетический, чувственный, т.е. красивый. Стремление к совершенству тела и духа состояло в идеале древних греков – калогатии, отражающего их мировоззрение – культ совершенства духа и тела, идеализация гармонично развитого человека – мыслителя и атлета. Было почетным в роли атлетов выступать историкам, философам, ораторам, драматургам. Ярким примером может служить победитель в борьбе Аристокл (Платон). Знаменитый греческий философ и математик Пифагор побеждал в олимпийских состязаниях кулачных боев.

Пример греков, идея физического и духовного совершенствования была одной из ключевых у П. Кубертена при возрождении Олимпийских игр. Он призывал считать односторонним интеллектуальное, духовное или религиозное развитие при игнорировании совершенства физического. В своих олимпийских мемуарах он писал, что в его концепции спорт является религией, догмой, культом. И именно религиозный дух *religio athletae* – религия атлетизма (лат.) сближает эпоху Античности и современность. Древние люди, по его мнению, смутно ощущали смысл этих слов, а современные пока его еще не постигли. Олимпийские игры, указывал он, по существу являются великим уроком философии провозглашающей единство тела и духа [2].

Раскрывая «Философские основы олимпийского движения» Кубертен перечислял ряд ценностей, составляющих основу олимпизма:

священное перемирие, соревнование ради отбора наилучших, рыцарский дух, одухотворенная красота, религия и биологическое совершенствование человеческого рода. Именно в олимпийских идеалах Кубертен видел гармонию физических и духовных способностей человека. Эта мысль отражена в придуманном им девизе: «Возвышенный дух в развитом теле!»

Единство тела и духа, физическое совершенствование, всесторонне развитие – являются философией и ценностями олимпизма. Эти же ценности являются идейной основой и целями комплекса ГТО, усиленные чувством патриотизма. Патриотизм, – это тоже своего рода религия человека, индивидуума, личности, которая любит свою Родину, родителей, своих предков, знает свою историю, уважает существующие традиции и т.п. Индивидуумы составляют общество, живут по его законам, трудятся на его благо и при необходимости его защищают. Поэтому ВСФК ГТО стал программно-нормативной основой физического воспитания населения, нацеленной на оздоровление нации и привлечение максимально большего числа населения к занятиям физкультурой и массовым спортом, а главное важным направлением личностного развития. Акцент на личностное развитие полностью соответствует системе государственных стандартов общего образования, в которых задача личностного образования стоит выше метапредметного и предметного образования.

Учитывая тот факт, что с 2017 года внедрение комплекса ГТО вступило в свой третий, заключительный этап, когда должны быть охвачены все слои населения, регионы России, организации и предприятия, комплекс ГТО является уникальным механизмом идейного и программного объединения людей, независимо от территориального проживания, социального статуса, экономического достатка, этнической принадлежности и вероисповедания. Такое масштабное единение людей с гуманистическими целями является мощным направлением личностного и патриотического воспитания.

Новый комплекс ГТО имеет важное значение в системе физического воспитания детей и молодежи как программно-нормативный документ, как система объективных показателей (ориентиров) их физического развития, физического состояния, физической подготовленности. Результаты выполнения норм ГТО могут свидетельствовать об эффективности форм и методов коррекции этих показателей в процессе занятия физкультурой и спортом.

В тоже время вся современная система физического воспитания, в которую входит и комплекс ГТО, должна пониматься как комплексная с точки зрения своих задач, форм и методов их решения. Комплексность, как всей системы физвоспитания, так и непосредственно комплекса ГТО, должна реализовываться в личностно-ориентированном направлении этой деятельности через телесное (соматическое) воспитание – формирование культуры здоровья, двигательной культуры и культуры телосложения, спортивное воспитание, физкультурно-двигательное воспитание [4]. По этим трем направлениям должна вестись вся работа по подготовке и выполнению норм комплекса ГТО, под таким углом должны рассматриваться все нормативы комплекса. Тогда в сочетании с психическими и волевыми составляющими процесса подготовки и выполнения норм ГТО, идейно патриотическими основами комплекса, будет осуществляться развитие личности молодежи.

При этом, как справедливо отмечают многие педагоги и психологи, такие например как А.С. Макаренко, А.Н. Леонтьев и др., для личностного развития необходимо создавать условия, требующие от человека обязательного проявления формируемых качеств личности. Необходимо создавать педагогические ситуации, которые последовательно будут формировать соответствующий положительный опыт поведения.

На такой подход в формировании личности разрабатывал советский психолог Л.С. Выготский, который подчеркивал, что функциями

нравственного опыта вначале выступают неосознанные интуитивные поступки и поведение, и только под влиянием специально организованного воспитания ребенок начинает осознавать сущность и значение этих внешних операций для себя и для окружающих.

Создание и использование педагогических ситуаций для личностного развития с позиции комплексного подхода к подготовке молодежи к выполнению норм ГТО, может быть в рамках избранного вида спорта, в рамках видов спорта, непосредственно связанных с видами нормативов комплекса (легкая атлетика, плавание, лыжи и т.д.).

Однако, как указывают педагоги, психологи одним из наиболее привлекательных и естественных методов физического и личностного развития детей и подростков, а значит наиболее действенным, является игровой метод. Он сопровождается позитивным эмоциональным настроем, стимулирует двигательную активность, сопровождается меньшей утомляемостью, незаметно готовит организм к значительным функциональным нагрузкам. Игровой метод позволяет в непринужденной форме содействовать совершенствованию физических качеств, повышению не только физической подготовленности школьников, но также их личностному развитию и социализации в целом [3].

Следовательно, для максимальной реализации возможностей комплексного воздействия, как системы физвоспитания, так и комплекса ГТО на личностное развитие детей и молодежи, наиболее эффективным является игровой метод. Именно в игровой форме (подобрав соответствующие игры) можно осуществлять подготовку к выполнению тех нормативов, которые в большей мере могут решать задачи телесного воспитания, формирование культуры телосложения, двигательной культуры. Проводя различные спортивно-массовые мероприятий во внеурочное время с использованием различных игр, способствующих подготовке к выполнению тех или иных нормативов комплекса ГТО,

возможно решать задачи физкультурно-двигательного воспитания, а проводя соревнования по выполнению нормативов комплекса ГТО, будут решаться задачи спортивного воспитания.

Анализ литературы показал, что игровой метод широко используется в физическом воспитании особенно детей дошкольного и младшего школьного возраста. Детальный анализ более 400 различных игр под углом их использования для подготовки к выполнению тех или иных нормативов, с учетом возрастных особенностей, представленных соответствующими возрастными ступенями комплекса ГТО, показал, что для физического и личностного развития детей и молодежи наиболее легко использовать традиционные подвижные игры, особенно командные, которые помимо развития определенных физических качеств за счет совместных коллективных действий, командных установок и требований, оказывают серьезное влияние на формирование личности.

Это могут быть не соревновательные игры – игры на сотрудничество или кооперативные игры, в которых всемерно поощряются рыцарское поведение, красота действий и поступков, взаимопомощь, которые ориентируют больше детей на сотрудничество, чем на соперничество, исключают проявление агрессивности.

Это могут быть инновационные игры, которые сами участники придумывают или модернизируют, видоизменяя традиционные игры для решения конкретных задач.

Целесообразно в регионах использовать национальные подвижные игры. Тем более Положением о ВФСК ГТО предусмотрена возможность включения в перечень испытаний национальных видов спорта либо видов спорта, наиболее популярных в том или ином регионе. Обращение к культурным и национальным корням, обычаям, традициям регионов, их возрождение будет способствовать духовно-нравственному и личностному развитию.

Особое место в личностном формировании детей и молодежи занимает группа социально-ориентирующих игр. Это сюжетно-ролевые, ролевые, ситуационно-ролевые, деловые, полидеятельностные, маршрутные игры. Сюжеты, роли, маршруты, виды деятельности и т.п. таких игр могут меняться в соответствии с решаемыми задачами. Относительно ГТО такие игры могут давать возможность отрабатывать технологию пропаганды, популяризации комплекса ГТО, работы центров тестирования и т.п. Главной особенностью таких игр является самостоятельный выбор учащимися (школьниками или студентами) и педагогами игровых ролей и обязательное взаимодействие всех участников игры друг с другом для достижения поставленных игровых целей и задач. Продолжительность такой игры может быть от нескольких дней, месяцев до года. Это может быть одно из направлений школьной программы внеурочной деятельности, одно из направлений работы студенческого профкома, тематика смены спортивно-оздоровительного лагеря и т.п. Такие игры заставляют учащихся самостоятельно искать поиск решения обозначенной проблемы, вырабатывают их активную позицию, тем самым оказывают значительное социализирующее воздействие на их личностное развитие (более детально это описано в работе Вишневого В.И, Столярова В.И. «Игровая рационализация комплекса ГТО в общеобразовательных учреждениях») [1].

Представленные разнообразные игры могут быть составляющей частью различных праздников, фестивалей, форумов и т.п. Для усиления личностного воздействия на участников этих массовых мероприятий, целесообразно при их организации и проведении использовать олимпийскую символику и атрибутику (зажжение огня, клятвы участников и судей, гимн, флаги и т.п.).

Актуальность и целесообразность использование игрового метода при подготовке и выполнении норм комплекса ГТО, подтвердила

проведенная в МАДИ в декабре 2015 года Всероссийская научно-практическая конференция по разработке и использованию игровых программ комплекса ГТО в физическом воспитании и социализации учащихся начальной, основной и средней (полной) школы. В ней приняло участие более 150 человек руководителей и работников образовательных учреждений, классных руководителей и учителей, социальных педагогов, педагогов дополнительного образования, психологов и др. специалистов. Активные обсуждения в рамках конференции показали высокую востребованность использования игровых форм и методов в процессе подготовки и выполнения норм комплекса ГТО для повышения интереса школьников к этому комплексу и содействия не только их физической подготовленности, но также личностному развитию.

Практическая работа со студентами МАДИ разных курсов показала, что и для них игровая форма подготовки к выполнению норм комплекса ГТО является более интересной. Однако для расширения и продолжения работы в данном направлении целесообразно включить проведение соревнований по многоборью ГТО в план вузовской спартакиады, наравне с соревнованиями по другим культивируемым в вузе видам спорта. Включение соревнований по многоборью ГТО в городские и региональные спартакиады, проводимые Всероссийским спортивным студенческим союзом и его региональными отделениями [5].

Выводы

1. Во все века, еще с времен Древней Греции, было стремление человека к всестороннему гармоничному развитию, к физическому совершенствованию. Эта идея была одной из ключевых у П. Кубертена при возрождении Олимпийских игр. Стремление к физическому совершенствованию и гармоничному развитию стало идейной основой и целями возрожденного в 2014 году комплекса ГТО, усиленной чувством патриотизма.

2. Для решения всех задач, поставленных перед комплексом ГТО, вся современная система физического воспитания, в которую входит и ГТО, должна пониматься как комплексная с точки зрения своих задач, форм и методов их решения. Комплексность должна реализовываться в личностно-ориентированном направлении этой деятельности через телесное (соматическое) воспитание – формирование культуры здоровья, двигательной культуры и культуры телосложения, спортивное воспитание, физкультурно-двигательное воспитание.

3. Анализ форм, методов физического и личностного развития детей и молодежи показал, что наиболее эффективным методом решения всех задач, поставленных перед комплексом ГТО, является игровой метод.

4. Детальный анализ более 400 различных игр под углом их использования для подготовки к выполнению тех или иных нормативов, с учетом возрастных особенностей, представленных соответствующими возрастными ступенями комплекса ГТО, показал, что для физического и личностного развития детей и молодежи целесообразно использовать следующие виды игр:

- традиционные подвижные игры, особенно командные;
- не соревновательные игры – игры на сотрудничество или кооперативные игры;
- инновационные игры, которые сами участники придумывают или модернизируют существующие;
- национальные подвижные игры;
- социально-ориентированные игры (сюжетно-ролевые, ролевые, ситуационно-ролевые, деловые, полидеятельностные, маршрутные).

5. Игровые программы, направленные на подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО, могут широко использоваться на праздниках, фестивалях, форумах и т.п.; могут быть программами внеурочной деятельности для школьников всех возрастов и студентов.

Список литературы

1. Вишневский, В.И. Игровая рационализация комплекса ГТО в общеобразовательных учреждениях / В.И. Вишневский, В.И. Столяров // Вестник спортивной истории. – 2015. – № 3. – С. 83–90.
2. Пьер де Кубертен Олимпийские мемуары: пер. с фр. / Пьер де Кубертен. – М.: Рид Групп, 2011. – 176 с.
3. Степаненкова, Э.Я. Методика проведения подвижных игр / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 169 с.
4. Столяров, В.И. Теория и методология современного физического воспитания: состояние разработки и авторская концепция: монография / В.И. Столяров. – Киев: НУФВСУ, изд-во «Олимп. лит.», 2015. – 704 с.
5. Щербакова, В.Л. Современные модели физкультурно-оздоровительной работы в системе физического воспитания вуза: учебно-методическое пособие / В.Л. Щербакова. – М.: Изд-во «Перспектива», 2017. – 82 с.

References

1. Vishnevskij V.I., Stoljarov V.I. *Vestnik sportivnoj istorii*, 2015, no. 3, pp. 83–90.
2. P'er de Kuberten *Olimpijskie memuary* (Olympic memoirs), Moscow, Rid Grupp, 2011, 176 p.
3. Stepanenkova Je.Ja. *Metodika provedenija podvizhnyh igr* (Methods of mobile games), Moscow, Mozaika-Sintez, 2009, 169 p.
4. Stoljarov V.I. *Teorija i metodologija sovremennogo fizicheskogo vospitanija: sostojanie razrabotki i avtorskaja koncepcija* (Theory and methodology of modern physical education: the state of development and the author's concept), Kiev, NUFVSU, izd-vo «Olimp. lit.», 2015, 704 p.
5. Shherbakova V.L. *Sovremennye modeli fizkul'turno-ozdorovitel'noj raboty v sisteme fizicheskogo vospitanija vuza* (Modern models of physical culture and health work in the system of physical education of the University), Moscow, Izd-vo «Perespektiva», 2017, 82 p.