

девушек и 28 юношей, возраст которых от 18 до 22 лет.

Результаты анкетного опроса были следующие: 50% студентов занимаются спортом для укрепления и поддержания здоровья, повышения функциональных возможностей организма, 28% студентов, предпочитают активный отдых, но профессиональным спортом не занимаются. 22 % студентов отметили, что занимаются физической культурой, для достижения спортивных результатов и наград.

Студенты, занимающиеся физической культурой и спортом ежедневно, считают, что эти занятия помогают им в учебе, снимая усталость после напряженных учебных будней, а также дают прекрасный заряд бодрости.

В завершении, следует отметить, что студенческой молодежи необходимо осознать необходимость занятий физической культурой и спортом, они должны быть заинтересованными в получении качественного образования и быть конкурентно-способными в современном обществе.

Список литературы:

1.Ильинич В.И Физическая культура студента .-М.: Гардарики,2002.-448с.

2. Макклелланд Д., «Мотивация человека», СПб., 2007

3.Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для ВУЗов / А.В. Родионов – М.: Академический Проект, 2004. – С. 16-36.

Гарипова А.З., Разживин О.А.,Саушкина А.И.

Елабуга, Елабужский институт КФУ, albina_garipov@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ ГТО

Аннотация: В статье освещены вопросы преимущества использования нормативного комплекса «Готов к труду и обороне». Рассмотрена историческая составляющая данной системы.

Ключевые слова: здоровье, студент, комплекс, нормативы, ГТО.

В настоящее время состояние здоровья молодого поколения – это центральная проблема нашей страны. К сожалению, сейчас очень редко можно встретить абсолютно здорового человека, без каких-либо отклонений и заболеваний. Особое внимание в этом смысле привлекают к себе студенты, которым в первую очередь необходимо укреплять и поддерживать свое здоровье, поскольку от их внутренней среды зависит уровень их умственной активности, а также дальнейшая их жизнедеятельность.

Многие студенты страдают хроническими заболеваниями: зрения, почек, органов дыхания, печени и т.д. Современное молодое поколение стало менее сильным и выносливым, лишь половина студентов в возрасте 18-20 лет способна выполнить нормативы физической подготовки. Дело в том, что студентов, активно занимающихся спортом, – очень мало.

Для решения данной актуальной ситуации, касающийся спортивной и физической подготовки молодого поколения в России, президент Владимир Владимирович Путин предложил возобновить физкультурный комплекс ГТО. Народная пословица гласит: «Быстрого и ловкого болезнь не догонит». Всё человечество желает быть физически здоровым, а занятия физической культурой – это основной компонент в достижении этой цели.

ГТО – буквенное сокращение фразы: готов к труду и обороне СССР (физический комплекс, лежавший в основе системы физического воспитания) [1].

Формирование и развитие норм ГТО в нашей стране имеет интересную историю. Корнями они восходят к началу прошлого тысячелетия, когда в СССР первостепенной задачей становится развитие физической культуры и обучение советских людей военным навыкам. Весь контроль над нововведениями осуществляли первые лица государства. ВЦИК РСФСР уже в первый год советской власти подписывает декрет «Об обязательном обучении военному искусству», по которому с апреля 1918 года весь рабочий класс населения в возрасте от 18 до 40 лет должен обучаться военному делу по месту работы.

В связи с этим в 1920 году во многих учебных военных заведениях основывается военно-научное общество (ВНО), председателем которого становится нарком по морским и военным делам Максим Васильевич Фрунзе. И перед этой организацией стояла одна приоритетная задача, сформулированная М. Фрунзе на первом Всесоюзном собрании ВНО в мае 1925 года, которая гласит, что в сознание населения СССР необходимо внедрить понятие о современной войне, которая по своей сути является жестокой и смертельной, поэтому к ней должна быть проведена «всесторонняя подготовка еще в мирное время».

В 1927 году путем соединения небольшого количества военно-спортивных организаций в СССР создается самое крупное общественное объединение – Общество содействия обороне, авиационному и химическому строительству (ОСОАВИАХИМ), деятельность которого была направлена на военную подготовку молодежи.

Годом рождения Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» принято считать 1931 год. На данном историческом этапе ГТО становится нормативной и программной основой системы физкультурного воспитания для всего населения

страны. Основная цель этого комплекса – «дальнейшее повышение уровня физического воспитания и мобилизационной готовности советского народа, в первую очередь молодого поколения...».

Поэтому со времени возникновения норм ГТО активисты ОСОАВИАХИМа начинают вести активную пропагандистскую деятельность, которая заключалась в том, чтобы проводить военную подготовку в учебных и государственных учреждениях, а также на фабриках и заводах. Занятия, проводимые в рамках комплекса ГТО, становятся необходимыми и обязательными для всех групп населения.

Спортивно-оздоровительный комплекс быстро становится популярным, и с этого самого момента аббревиатура прочно закрепилась в быденном языке людей того времени. Можно с уверенностью сказать, что в этот период времени наша советская страна превратилась в спортивную державу. Все население занималось спортом и успешно сдавало нормативы в своей половозрастной категории. Тысячи подростков, сдавая нормы ГТО, были под пристальным вниманием спортивных школ. Это был своеобразный социальный подъем для всех спортивно одаренных детей, то есть ГТО открыл им вход в мир большого спорта, где многие стали мастерами спорта. Подтвердить это можно на примере олимпийских чемпионов и победителей чемпионатов мира, которые в своем арсенале побед и спортивных достижений имеют золотые и серебряные значки с надписью «Готов к труду и обороне», то есть их первые спортивные победы были уже совершены в подростковом и юношеском возрасте при сдаче норм ГТО.

Советская власть в 30-е годы 20 века стремилась сделать молодое поколение более выносливым, сильным, здоровым и крепким, то есть воспитать полноценных защитников своей Родины. Насколько эта цель была достигнута, свидетельствуют жестокие военные годы. Новобранцы, которые прошли программу спортивного комплекса ГТО, быстрее реализовывали себя в военном деле.

С течением времени нормы и требования ГТО изменялись. На это влияли веяния времени, а также способности и потребности населения. После появления всесоюзный физкультурный комплекс перетерпел изменения шесть раз, которые происходили в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах. Последний комплекс ГТО был утвержден постановлением ЦК КПСС и Совета Министров СССР 17 января 1972 года. Данная спортивно оздоровительная программа включала 5 возрастных ступеней (для каждой были установлены свои нормы и требования): I ступень — «Смелые и ловкие» — 10—11 и 12—13 лет, II — «Спортивная смена» — 14—15 лет, III — «Сила и мужество» — 16—18 лет, IV — «Физическое совершенство» — мужчины 19—28 и 29—39 лет, женщины 19—28 и 29—34 лет, V — «Бодрость и здоровье» — мужчины 40—60 лет,

женщины 35—55 лет [2].

Но программа ГТО была закрыта в 1991 году. Основной причиной прекращения деятельности ГТО является распад СССР, когда многие партийные, профсоюзные и управленческие ячейки перестали существовать. В связи с этим не осталось той организации, которая бы контролировала проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.

В настоящее время физический комплекс ГТО активно возобновляют. Возможно, этому послужило то, что большинство людей не имеют физической подготовки, активно развивается гиподинамия среди молодого населения нашей страны, а также состояние здоровья все больше и больше близится к низким показателям. Итак, в 2014 году издан указ президента РФ Путина В.В. о возрождении ГТО как формы контроля физической подготовленности всех категорий населения.

На наш взгляд, нормы ГТО в первую очередь направлены именно на развитие спортивных способностей и умений студентов, на плечах которых лежит большая ответственность – будущее страны.

Литература:

1. Энциклопедический словарь [Электронный ресурс]. - URL: <http://dic.academic.ru/dic.nsf/es/17174/ГТО>

2. Центральный комитет КПСС. Совет министров СССР. Постановление от 17 января 1972 г. № 61. О введении нового всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО).

3. Государственный музей спорта [Электронный ресурс]. - URL: <http://museumsport.ru/wheelofhistory/gto/>

Гатин Ф. А., Осипов Д.А.

*Ульяновск, Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н.Ульянова, Dima7692@yandex.ru*

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ У ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ

Аннотация. Физическая культура спорт располагают значительными возможностями положительного воздействия на подростков, позволяя не только своевременно корректировать, но успешно программировать целенаправленное развитие интеллектуальных, морально-волевых и нравственных качеств; повышать уровень физической подготовленности, улучшать показатели здоровья. В данной работе теоретически обоснована значимость управления мотивацией подростков к занятиям физической культурой и