Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Мирненская средняя общеобразовательная школа»

Тема: Внедрение комплекса ГТО в образовательном учреждении

|  |  |
| --- | --- |
|  | Прект подготовил:учитель физической культурыНегода Николай Сергеевич |

2018

**Актуальность** внедрения комплекса ГТО в настоящее время очевидна. Исследования свидетельствуют о том, что состояние здоровья населения и его физическая подготовленность находятся на очень низком уровне. Наиболее заметные отрицательные изменения произошли в последнее десятилетие XX века. В этот же период была нарушена достаточно отлаженная система физического воспитания населения, а также контроля за ее состоянием.

Программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях СССР существовала с 1931 г. В процессе совершенствования комплекса ГТО в его орбиту вовлекались новые возрастные группы населения. Если в 1931 г. его нормативы сдавали граждане СССР, начиная с 18 лет, то уже в 1934 г. разработаны нормативы для юношей и девушек, начиная с 14 лет. 1972 г. - это новый этап развития комплекса ГТО, т. к. стало понятно, что он должен охватывать значительно большие возрастные группы населения. Поэтому были научно обоснованы и разработаны виды испытаний и нормативы для новых ступеней комплекса ГТО: детей 10-13 лет и населения старше 60 лет. Наиболее значимые изменения в комплексе ГТО приняты в 1985 г., когда была введена еще одна ступень для детей 6-9 лет.

Интерес государственных организаций к комплексу ГТО после распада Советского Союза утратился. Годы бездействия показали, что нормативы физической подготовленности, имеющиеся в программах образовательных организаций, не смогли в полной мере его заменить. Без государственной системы тестирования физической подготовленности невозможно объективно управлять процессом физического воспитания населения. Именно этот факт лег в основу работы по возрождению комплекса ГТО, на который ложится задача развития всей системы физического воспитания в стране, поскольку он является программной и нормативной основой физического воспитания населения.

По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране введён Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.

Это означает, что при всем многообразии физкультурно-спортивной деятельности и системы ее поддержки, государство ставит задачу гармоничного (разностороннего) развития физических качеств каждого гражданина (ловкость, быстрота, выносливость, сила и гибкость), а также задачу овладения системой прикладных навыков, обеспечивающих его жизнеспособность в критических ситуациях (плавание, лыжная подготовка, стрельба, метание).

**В настоящее время в нашей образовательной организации ведётся активная работа по изучению подготовленности учащихся по нармативам ГТО. Практически все учащиеся школы проходят промежуточное тестирование по нормативам комплекса.**

 **Задачи тестирования:**

* Собрать и обработать фактический материал
* Сделать выводы об уровне подготовки учащихся к сдаче нормативов ГТО
* Внесение корректировки в поурочное планирование с целью устранения пробелов в физической подготовки учащихся

**Методы тестирования:**В ходе тестирования мы применяем общепринятые методы, используемые для определения физической подготовленности школьников, рекомендованные в нормативах ГТО.

Организация тестирования: Тестирование по оценке физического состояния учащихся школы проводится согласно нормативам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

В тестировании принимают участие учащиеся МБОУ «Мирненская СОШ».

**Нормативы исследования:**

* Бег на 60 м и 100 м (с)
* Бег на 1км, 2 км (мин, с)
* Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
* Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
* Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
* Метание мяча весом 150 г и гранаты(500 г, 700 г)(м)
* Бег на лыжах на 1 км, 2км (мин, с)

**Выводы**

Данная работа будет продолжена, а её результаты использованы в популяризации занятий физической культурой и спортом, найдут практическое применение в реализации общешкольной программы «Валеологическое воспитание школьников».

**Список литературы**

1. Государственные требования к уровню физической подготовленности школьников при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного  комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утверждены приказом Минспорта России от «08» июля 2014 г. № 575
2. Указ Президента РФ от 24.03.2014 N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"
3. Должиков И.И.: Комплекс ГТО в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1973
4. Михайлов В.В.: Путь к физическому совершенству. - М.: Физкультура и спорт, 1989
5. Под ред. В.У. Агеевца: ГТО - это здоровье. - М.: Физкультура и спорт, 1980