

Научная статья
УДК 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_14

ТЕХНОЛОГИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ И
СДАЧЕ НОРМ ГТО



Юлия Борисовна Алмазова ¹, Виктория Михайловна Казакова ², Ирина Викторовна Беликова ³

Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова ¹
Москва, Россия

Российский государственный социальный университет ²
Москва, Россия

Воронежский государственный лесотехнический университет имени Г. Ф. Морозова ³
Воронеж, Россия

¹ Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(499)237-84-89, e-mail: Almazova.YB@rea.ru

² Преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(901)773-17-06, e-mail: vikakazakow@gmail.com

³ Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(473)253-75-71, e-mail: fizra@vgtlta.vrn.ru
ORCID 0009-0005-2245-6564

Аннотация. Известно, что взрослое население в нашей стране недостаточно уделяет внимание реализации систематической двигательной активности. Это обусловлено многозадачностью взрослой жизни людей и глобальностью решаемых в этот период задач, что отводит на задний план физкультурно-спортивные мероприятия. В статье рассматривается возможность привлечения взрослого населения к активному участию в подготовке и сдаче норм ГТО, что может повысить уровень здоровья, продолжительность и качество жизни людей. Главной детерминантой концепции является педагогическое сопровождение, включающее: определение особенностей контингента и создание системы мониторинга готовности выполнения испытаний ГТО, формирование личностного смысла подготовки и сдачи норм ГТО (внутренние условия), педагогическое моделирование индивидуальной траектории подготовки и организация Фестивалей ГТО. Проведение многодневного фестиваля ГТО позволяет решить очень важную проблему, связанную с пересдачей испытаний, когда из-за 1-2 неудачно выполненных тестов участник оказывается без знака отличия и вообще прекращает участие в выполнении тестов ГТО, теряя мотивацию.

Ключевые слова: технология, комплекс ГТО, взрослое население, преподаватели, педагогическое сопровождение.

Для цитирования: Алмазова Ю. Б., Казакова В. М., Беликова И. В. Технология реализации педагогического сопровождения взрослого населения в подготовке и сдаче норм ГТО // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 14-18. DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_14.

Актуальность

Исследование обусловлено необходимостью педагогического сопровождения взрослого населения в подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО и недостаточной разработанностью технологического обеспечения данного процесса. Создание новой версии Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» связано с острой необходимостью укрепления здоровья населения и народосбережения в Российской Федерации. Ценностный потенциал ВФСК ГТО является важнейшим материальным, интеллектуальным и духовным

«средством» воспитания гармонично развитой, физически здоровой социально активной личности недостаточно используется большей частью взрослого населения для физического и нравственного совершенствования. Выявлены основные факторы, оказывающие влияние на активность взрослого населения в данном направлении: несовершенство системы организации взрослого населения для подготовки и сдачи нормативов ГТО, отсутствие педагогического сопровождения, отсутствие в организациях, где осуществляется их профессиональная деятельность, специалиста по физической культуре, ответственного за процесс подготовки и сдачи

нормативов и, как следствие, наличие травматизма и несформированный личностный смысл в подготовке и сдаче нормативов ГТО у взрослого населения.

Перспективным, в этой связи, является андрагогический подход, который применяется в профессиональном образовании. В основе андрагогического подхода лежит учёт возрастных и личностных особенностей каждого человека, его жизненного и профессионального пути, уровня культуры, ценностных ориентаций, то есть идеологического стержня. Именно учёт этих важных и многообразных характеристик может способствовать выбору адекватных методов, методик, форм, средств и, как следствие, повышению эффективности образовательного процесса, который в современном обществе носит непрерывный характер. Андрагогический подход действует на основе фундаментальных принципов: индивидуальный подход к обучению, опора на жизненный опыт взрослого человека, приоритет совместной деятельности, однако основой ведущих принципов является самостоятельность обучения взрослого человека.

В профессиональном образовании андрагогический подход реализуется посредством специфических форм и средств обучения.

Основные усилия педагогического сопровождения подготовки и сдачи норм ГТО, необходимо направить на представителей взрослого населения, преимущественно на жителей среднего и старшего возраста. Средняя возрастная группа является самым многочисленным сегментом, при этом ее участники находятся в состоянии нормального функционирования большинства физиологических систем, и занятия физической культурой будут способствовать профилактике нездорового образа жизни, употребления алкоголя и курения, пролонгации активного образа жизни и борьбе с преждевременным старением как с физиологической, так и психологической точек зрения

Цель исследования: разработать технологию реализации модели подготовки взрослого населения к сдаче нормативов ВФСК ГТО в условиях университета.

Результаты исследования

Технология педагогического сопровождения в нашем исследовании рассматривается как педагогическая технология организации и координированного взаимодействия субъектов подготовки к выполнению нормативов ГТО, обеспечивающая благоприятные условия для эффективной подготовки и успешной сдачи нормативов и получение знака ГТО, совокупность средств, методов, форм, инструментов для достижения желаемого результата.

Это комплекс организационных мер приемов, направленных на достижение участниками процесса таких физических, психических и социальных кондиций, при которых возможно успешно сдача всех нормативов ГТО в соответствующей ступени.

Сопровождение в нашем понимании – это системная комплексная технология помощи представителем взрослого населения.

Цели сопровождение зависят от проблемы, которую взрослый человек не может решить самостоятельно, а скорее откажется от поставленной цели.

Человек по-разному воспринимает окружающий мир, как правило, для разных типов личности требуется

свой уникальный подход, с учетом индивидуальных особенностей. Например, кто-то больше ориентирован на занятия в коллективе, а кто-то предпочитает одиночные занятия. Хороший тренер должен обращать внимание и на психологическую компоненту. Кроме того, человек, вступивший в возраст ранней зрелости, имеет индивидуальные, присущие только ему особенности строения тела и степень физического развития. [3] Программу тренировок для людей этого периода следует подбирать исходя из этих данных, ведь без этого сложно ожидать выполнения всех введенных в нее упражнений правильно и с полной самоотдачей. Вопрос мотивации важен, но занятия, в свою очередь, должны быть под силу тренирующимся, так как иногда, мотивации бывает недостаточно – выше был упомянут фактор разного уровня физического развития, который является немаловажным в вопросах выбора упражнений. Кроме того, ряд исследователей имеют сходное мнение, что текущее поколение взрослых на ранней стадии имеет несколько худшие показатели физического развития, чем предыдущие поколения, что можно связать с повышенным влиянием цифровых технологий на образ жизни этих людей на более ранних стадиях [4]. В частности, для настоящего поколения менее характерна подвижность и занятия на открытом воздухе, что приводит к ухудшению показателей физического развития. Исходя из выше сказанного, программы прошлых лет могут не подходить без адаптации к новому поколению, так как ее освоение для них будет затруднительным. Это усложняет работу тренера, но все равно является важным фактором, требующим повышенного внимания, для достижения его подопечными действительно хороших результатов в рамках физического развития. Среди представителей взрослого населения достаточно часто встречаются люди, меняющие свое отношение к двигательной активности под воздействием внешних условий, чужого мнения, внутренних условий (лени, усталости и т.п.). Сложность работы с неустойчивыми личностями заключается в кратковременном периоде их мотивации, сложностью в концентрации на занятиях, что приводит к перепадам в их активностях без четкого направления деятельности, и, как следствие, отсутствию высоких результатов. Однако, при должном педагогическом сопровождении с учетом их особенностей, эти трудности преодолимы.

В процесс сопровождения должны подключаться высококвалифицированные опытные специалисты в сфере физической культуры и спорта, имеющие положительные опыт сдачи нормативов ГТО. Технология педагогического сопровождения взрослого населения ориентирована на формирование в ходе её реализации навыков самостоятельного решения, поставленных задач самим человеком. Задачи сопровождающего входит анализ возможностей контингента, оценка его способности самостоятельно применять сформированные навыки. Источниками создания концепции педагогического сопровождения взрослого населения в подготовке к сдаче нормативов ГТО послужили наши исследования и опыт оказания комплексной помощи в подготовке и сдаче нормативов ВСК ГТО.

Нами разработана модель подготовки представителей взрослого населения к сдаче нормативов ГТО. Она представлена на рис. 1.



Рис. 1 – Модель подготовки представителей взрослого населения к сдаче нормативов ГТО

Анализ особенностей контингента позволяет определить индивидуальные траектории выстраивать педагогического сопровождения подготовки взрослого населения к сдаче нормативов ВФСК ГТО на основе: дистанционного обучения, электронного обучения, чат-бота – помощника, и т.п. Необходимыми условиями для использования информационных технологий является создание модели образовательного пространства, состоя-

щей из огромного количества образовательных ситуаций, существующих на разных уровнях познания от низкого до оптимального. Следующее понятие, которое необходимо обозначить, это образовательная среда. Она складывается из совокупности управленческих решений, которые непременно приведут к достижению каждым участником его искомой цели. Нами разработана технология реализации педагогического сопровождения в условиях учреждения высшего образования (рис. 2).

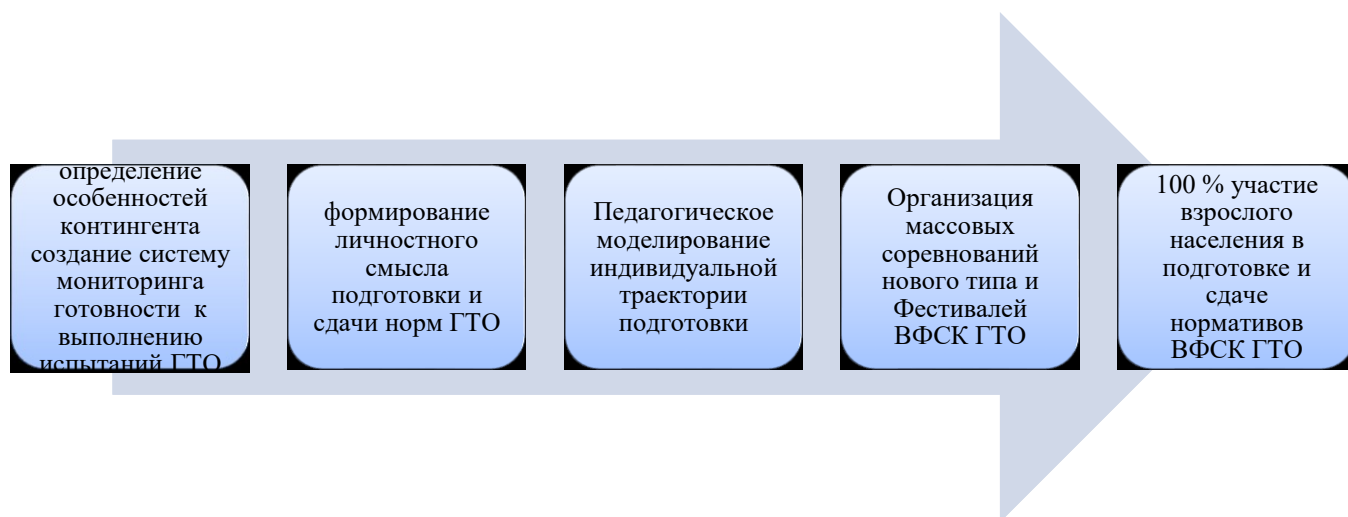


Рис. 2 – Технология реализации педагогического сопровождения подготовки и сдачи норм ГТО в условиях учреждения высшего образования

Сдача нормативов ГТО взрослым населением осуществляется в основном индивидуально, что вызывает определенные трудности. Поэтому важное значение в нашей технологии отводится именно организации Фестиваля ГТО в образовательной организации (университете) и в корпоративных соревнованиях ГТО для обеспечения группового участия в них всех желающих. При этом остается возможность индивидуального участия в Центрах тестирования ГТО МОСГОРСПОРТ.

Выводы

Педагогическое сопровождение взрослого населения, это всеобъемлющая квалифицированная помощь каждому человеку, ориентирована на формирование в ходе её реализации навыков самостоятельного решения поставленных задач самим человеком. Задачи сопровождающего входит анализ возможностей контингента,

оценка его способности самостоятельно применять сформированные навыки. Проведение многодневного фестиваля ГТО позволяет решить очень важную проблему, связанную с пересдачей испытаний, когда из-за одного-двух неудачно выполненных тестов участник оказывается без знака отличия и вообще прекращает участие в выполнении тестов ГТО, теряя мотивацию. При многодневном проведении Фестиваля ГТО участники могут выбирать для себя наиболее подходящий момент для выполнения тестов, а, следовательно, подойти к тестированию в оптимальной физической форме. Взаимодействие образовательных организаций, трудовых коллективов и Центров тестирования ГТО МОСГОРСПОРТ поз-

воляет решить проблему вовлечения большого количества взрослого населения в мероприятия ВФСК ГТО и получении ими знаков отличия. Определена необходимость наличия в организациях, где осуществляется профессиональная деятельность взрослого населения, специалиста по физической культуре, ответственного за педагогическое сопровождение процесса подготовки и сдачи нормативов ГТО.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Бобков, В.В. Использование метода «круговой тренировки» при подготовке обучающихся к выполнению нормативов Комплекса ГТО / В.В. Бобков, Л.Г. Рыжкова, М.А. Кузьмин, А.П. Стрижак // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 6. – С. 39 – 42.
2. ВФСК ГТО в пространстве физической культуры и спорта / С. И. Филимонова, И. А. Сабирова, Т. С. Гришина, С. Н. Федоряченко // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 4. – С. 99-101. – EDN YNEVUR.
3. Детерминанты включения взрослого населения в подготовку и сдачу нормативов ГТО / С. И. Филимонова, Ю. Б. Алмазова, Ю. О. Аверясова [и др.] // Культура физическая и здоровье. – 2020. – № 1(73). – С. 104-107. – EDN YWWZZV.
4. Рыжкова, Л.Г. Факторы, препятствующие подготовке и выполнению нормативов ВФСК ГТО студентами вузов / Л.Г. Рыжкова, В.В. Бобков, М.А. Кузьмин, Т.В. Игнатенко // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 5. – С. 39 – 42.
5. Сравнительный анализ уровня физической подготовленности студентов и нормативов ВФСК ГТО / С. И. Филимонова, И. А. Сабирова, Е. В. Готовцев [и др.] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2019. – № 1. – С. 63-65. – EDN HGVLNE.
6. Филимонова, С. И. Анализ недостатков реализации ВФСК ГТО среди взрослого населения / С. И. Филимонова, Ю. Б. Алмазова, Ю. О. Аверясова // Культура физическая и здоровье. – 2020. – № 4 (76). – С. 132-135. – DOI 10.47438/1999-3455_2020_4_132. – EDN GTFTLC.
7. Филимонова, С. И. Образовательная среда подготовки студентов к сдаче нормативов ВФСК ГТО / С. И. Филимонова, Ю. Б. Алмазова, М. В. Слепцова // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 19–20 мая 2020 года / Под научной редакцией Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. – Москва: РЭУ, 2020. – С. 300-307. – EDN GXKXDD.
8. Филимонова, С. И. Результаты мониторинга готовности вузов к внедрению ВФСК ГТО / С. И. Филимонова, И. И. Столов, Ю. Б. Филимонова // Спорт: экономика, право, управление. – 2015. – № 4. – С. 35-38. – EDN UYVRXJ.
9. Мобильное приложение как фактор эффективной подготовки человека к выполнению нормативов комплекса ГТО / В. С. Шерин, А. В. Замятин, Е. А. Шерина [и др.] // Теория и практика физической культуры. 2017. № 4. С. 89-90.
10. Lubyshcheva, L.I. Sportization as progress factor for modern mass sport. Sh.Z. Khubbie, N.A. Vakhnin, D.B. Selyukin, L.A. Lubyshcheva. Teoria i praktika fiz. kultury. 2020. № 3, p. 30.

References

1. Bobkov, V.V. Ispol'zovanie metoda «krugovoi trenirovki» pri podgotovke obuchayushchikhsya k vypolneniyu normativov Kompleksa GTO [The use of the method of "circular training" in the preparation of students to fulfill the standards of the sports complex "Ready for Labor and Defense"]. V.V. Bobkov, L.G. Ryzhkova, M.A. Kuzmin, A.P. Strizhak. Theory and Practice of Physical Culture. 2020. No. 6, pp. 39-42. (In Russian)
2. VFSK GTO v prostranstve fizicheskoi kul'tury i sporta [All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" in the space of physical culture and sports]. S. I. Filimonova, I. A. Sabirova, T. S. Grishina, S. N. Fedoryachenko. Theory and Practice of Physical Culture. 2017. No. 4, pp. 99-101. EDN YNEVUR. (In Russian)
3. Determinanty vklucheniya vzoslogo naseleniya v podgotovku i sdachu normativov GTO [Determinants of the inclusion of the adult population in the preparation and passing of norms of the sports complex "Ready for Labor and Defense"]. S. I. Filimonova, Yu. B. Almazova, Yu. O. Averyasova [etc.]. Physical Culture and Health. 2020. No. 1(73), pp. 104-107. EDN YWWZZV. (In Russian)
4. Ryzhkova, L.G. Faktory, prepyatstvuyushchie podgotovke i vypolneniyu normativov VFSK GTO studentami vuzov [Factors hindering the preparation and performance of standards of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for labor and defense" by university students]. L.G. Ryzhkova, V.V. Bobkov, M.A. Kuzmin, T.V. Ignatenko. Theory and practice of physical culture. 2019. No. 5, pp. 39-42. (In Russian)
5. Sravnitel'nyi analiz urovnya fizicheskoi podgotovlennosti studentov i normativov VFSK GTO [Comparative analysis of the level of physical fitness of students and standards of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense"]. S. I. Filimonova, I. A. Sabirova, E. V. Gotovtsev [etc.]. Physical culture: education, education, training. 2019. No. 1, pp. 63-65. EDN HGVLNE. (In Russian)
6. Filimonova, S. I. Analiz nedostatkov realizatsii VFSK GTO sredi vzoslogo naseleniya [Analysis of the shortcomings of the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" among the adult population]. S. I. Filimonova, Yu. B. Almazova, Yu. O. Averyasova. Physical Culture and Health. 2020. No. 4 (76), pp. 132-135. doi: 10.47438/1999-3455_2020_4_132. (In Russian)

7. Filimonova, S. I. Obrazovatel'naya sreda podgotovki studentov k sdache normativov VFSK GTO [Educational environment of students' preparation for passing the standards of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for labor and defense"]. S. I. Filimonova, Yu. B. Almazova, M. V. Sleptsova. Aktual'nye problemy, sovremennye tendentsii razvitiya fizicheskoi kul'tury i sporta s uchetom realizatsii natsional'nykh proektov : Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem [Current problems, modern trends in the development of physical culture and sports, taking into account implementation national projects: Materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation], Moscow, May 19–20, 2020. Scientifically edited by L. B. Andryushchenko, S. I. Filimonova. Moscow, Plekhanov Russian University of Economics publ., 2020, pp. 300-307. EDN GXKXDD. (In Russian)

8. Filimonova, S. I. Rezul'taty monitoringa gotovnosti vuzov k vnedreniyu VFSK GTO [Results of monitoring the readiness of universities to implement the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for labor and defense"]. S. I. Filimonova, I. I. Stolonov, Yu. B. Filimonova. Sport: economics, law, management. 2015. No. 4, pp. 35-38. – EDN UYVRXJ. (In Russian)

9. Kolyaskina, T.Y., Sherin, V.S., Zamyatin A.V., Sherina E.A. Mobil'noe prilozhenie kak faktor effektivnoi podgotovki cheloveka k vypolneniyu normativov kompleksa GTO [Mobile application as a factor of effective preparation of a person to fulfill the norms of the sports complex "Ready for Labor and Defense"]. Teoria i praktika fizicheskoi kul'tury. – 2017. - No. 4. – pp. 89 – 90. (In Russian)

10. Lubysheva, L.I. Sportization as progress factor for modern mass sport. Sh.Z. Khubbie, N.A. Vakhnin, D.B. Selyukin, L.A. Lubysheva. Teoria i praktika fiz. kul'tury. 2020. № 3, p. 30. (In Russian)

Поступила в редакцию 06.05.2024

Подписана в печать 27.06.2024

Original article

UDC 796.011

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_14

TECHNOLOGY FOR THE IMPLEMENTATION OF PEDAGOGICAL SUPPORT FOR THE ADULT POPULATION IN THE PREPARATION AND DELIVERY OF THE “READY FOR LABOR AND DEFENSE” SPORTS COMPLEX STANDARDS

Yulia B. Almazova ¹, Victoria M. Kazakova ², Irina V. Belikova ³*Plekhanov Russian University of Economics ¹**Moscow, Russia**Russian State Social University ²**Moscow, Russia**Voronezh State Forest Engineering University named after G. F. Morozov ³**Voronezh, Russia**¹ Senior Lecturer, Department of Physical Education**ph.: +7(499)237-84-89, e-mail: Almazova.YB@rea.ru**² Lecturer of the Department of Physical Education**ph.: +7(901)773-17-06, e-mail: vikakazakow@gmail.com**³ Senior Lecturer of the Department of Physical Education**ph.: +7(473)253-75-71, e-mail: fizra@vglta.vrn.ru**ORCID 0009-0005-2245-6564*

Abstract. It is known that the adult population in our country does not pay enough attention to the realization of systematic motor activity. This is due to the multitasking nature of people's adult life and the globality of tasks solved during this period, which puts physical culture and sports activities on the back burner. The article considers the possibility of attracting the adult population to actively participate in the preparation and passing the norms of the sports complex “Ready for Labor and Defense”, which can increase the level of health, duration and quality of life of people. The main determinant of the concept is pedagogical support, including: identification of the specifics of the contingent and creation of a system for monitoring the readiness to perform the tests of the sports complex “Ready for Labor and Defense”, formation of the personal meaning of training and passing the standards of the sports complex “Ready for Labor and Defense” (internal conditions), pedagogical modeling of an individual training trajectory and organization of festivals of the sports complex “Ready for Labor and Defense”. Holding a multi-day festival of the sports complex “Ready for Labor and Defense” allows to solve a very important problem associated with retaking tests, when because of one or two unsuccessfully completed tests the participant finds himself without a badge of honor and stops participating in the performance of tests of the sports complex “Ready for Labor and Defense”, losing motivation.

Keywords: technology, “Ready for labor and defense” sports complex, adult population, teachers, pedagogical support

Cite as: Almazova, Yu. B., Kazakova, V. M., Belikova, I. V. (2024) Technology for the implementation of pedagogical support for the adult population in the preparation and delivery of the “Ready for Labor and Defense” sports complex standards. Physical Culture and Health. (2), 14-18. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_2_14.

Received 06.05.2024

Accepted 27.06.2024