

Научная статья
УДК 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_19

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ И СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО В УНИВЕРСИТЕТЕ



Юлия Борисовна Алмазова ¹, Людмила Васильевна Мосиенко ^{2АБ},
Иван Васильевич Кузнецов ³, Фёдор Фёдорович Шестаков ⁴

*Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова ^{1, 2А}
Москва, Россия*

*Российский государственный социальный университет ^{2Б}
Москва, Россия*

*Воронежский государственный лесотехнический университет имени Г. Ф. Морозова ^{3, 4}
Воронеж, Россия*

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

^{2А} Доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры физического воспитания

^{2Б} Профессор кафедры иностранных языков и культуры
тел.: +7(495)255-67-67, e-mail: info@rgsu.net

³ Кандидат биологических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания
тел.: +7(473)253-75-71, e-mail: kiv_vgita@mail.ru

ORCID 0000-0002-7337-9424

⁴ Старший преподаватель кафедры физического воспитания

тел.: +7(919)235-32-28, e-mail: shestfedor@yandex.ru

ORCID 0000-0001-5014-6612

Аннотация. Статья посвящена актуальной проблеме современности – достижению высокого уровня физического развития и физической подготовленности взрослого населения России. Решению данной проблемы служит современный комплекс «Готов к труду и обороне». Концепция ВФСК ГТО предполагает участие каждого в массовых спортивных мероприятиях. Его главная социальная роль – вовлечение в активные занятия физическими упражнениями до 80 % населения с целью систематического участия в особых массовых соревнованиях ВФСК ГТО, где каждый участник одновременно может стать победителем, что обеспечивает чрезвычайную актуальность исследования. Важно помнить, что мероприятия ВФСК ГТО – это соревнования, участие в которых недопустимо без подготовки. Она традиционно осуществлялась в процессе подготовки под руководством тренера. Проблемой является отсутствие организации педагогического сопровождения взрослого населения в подготовке и сдаче норм ГТО, цель которого – повышение качества жизни и уровня здоровья людей, вовлечённых в процесс активных систематических занятий физическими упражнениями.

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

Для цитирования: Педагогическое сопровождение взрослого населения в подготовке и сдаче норм ВФСК ГТО в университете / Ю. Б. Алмазова, Л. В. Мосиенко, И. В. Кузнецов [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 19-23. DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_19.

Актуальность

Главной целевой аудиторией работы выступают взрослые люди. Это большая и наиболее проблемная часть в отношении к физической культуре и спорту [6]. Понятие зрелость широкое, оно жителей России от 18

до 70 и старше лет. Это самый продолжительный период жизни человека. Он связан с реализацией важнейших жизненных планов, поэтому мотивация к активным занятиям физическими упражнениями отходит на второй план, в то время, как объем двигательной активности

должен составлять от 4 до 10 часов в неделю в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности и т.п.

Организм взрослого человека полностью готов к систематическим занятиям физическими упражнениями. [2] Психофизические функции человека к 23-25 годам достигают максимальных показателей и сохраняются на таком уровне до 40 лет. В исследованиях различных авторов показано, что к 20 годам у взрослого человека отмечается максимальная чувствительность всех сенсорных систем.

Цель исследования: разработать технологию педагогического сопровождения подготовки взрослого населения к сдаче нормативов ВФСК ГТО в условиях университета и экспериментально проверить ее эффективность.

В основу методологии исследования положен 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 знание особенностей жизни, всех сторон личности, потребностей, уровня подготовленности, семейного положения, специфики профессиональной деятельности, наличие свободного времени и многих других фактов позволят подобрать именно те средства и методы педагогического сопровождения, формы занятий физическими упражнениями, которые будут необходимы и достаточны конкретному человеку. 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.

Мощным арсеналом специфических форм и средств обучения располагает физическая культура и спорт, в частности комплекс ГТО [9]. История показывает, что комплекс ГТО внёс неоценимый вклад в становление населения России. Благодаря глубоко гуманистической идее комплекс объединил миллионы людей разного возраста, сделал их сильными, здоровыми мужественными и глубоко патриотичными. Это один из важнейших факторов, давший силу советскому народу стать победителем в Великой Отечественной войне [10]. Современный комплекс также обладает огромным воспитательным и развивающим потенциалом. К сожалению, по разным причинам, далеко не вся часть взрослого населения систематически используют многогранные возможности этого феномена современной цивилизации, недооценивая его возможности для физического и нравственного совершенствования человека [8].

Результаты исследования

Анализ фундаментальных работ, размещённых в системе ELibrary по запросу с ключевыми словами «педагогическое сопровождение», получено 128 монографий. Из них большая часть представлена работами, посвященными педагогическому сопровождению школьников 36, 7 %, детей дошкольного возраста 10,2 %, лиц с особыми образовательными потребностями 12,5 %, студентов 22 %. Педагогическое сопровождение взрослых людей в контексте их профессиональной деятельности в научной литературе составила около 10 %. Большинство работ в данной категории посвящены профессиональной деятельности сотрудников МВД и военнослужащих, то есть представителей профессий, связанных с преодолением серьезных, в том числе и психологических трудностей. В эту категорию попали работы, посвященные педагогической деятельности. Что касается

педагогического сопровождения процесса подготовки и сдачи нормативов ГТО, то эта информация представлена единичными работами в виде статей в журналах, которые не являются фундаментальными [1, 2].

Наши исследования проводились в условиях экономического университета (РЭУ имени Г.В. Плеханова). Анализируя штатное расписание, можно сделать вывод, что традиционно университет – это место, где работают и учатся взрослые люди. Их можно условно разделить на 4 группы: сотрудники административного корпуса, профессорско-преподавательский состав, студенты, вспомогательный персонал. Студенты являются самой многочисленной группой взрослого населения в университете.

Факторный анализ мотивов участия (неучастия) сотрудников университета в подготовке и сдаче норм ГТО позволил определить три основных фактора, влияющих на массовость данного процесса:

- несовершенство системы организации взрослого населения для участия в мероприятиях ГТО, (1-ый фактор, 30,1 % дисперсии);

- отсутствие в штатном расписании большинства организаций ответственного (специалиста по физической культуре, инструктора по спорту и т.п.) для эффективного педагогического сопровождения процесса подготовки к участию в движении ГТО, и, как следствие, наличие травматизма на занятиях физкультурно-спортивной деятельностью (2-ой фактор 12,3 %);

- несформированность у представителей взрослого населения глубокого убеждения (личностного смысла) в необходимости систематических занятий физическими упражнениями и, в частности, подготовки и сдачи норм ГТО (3-ий фактор, 26,1 % дисперсии)

В констатирующем исследовании принимали участие представители взрослого населения (300 студентов и 96 преподавателей). Констатирующее исследование посвящено выявлению готовности взрослого населения к сдаче нормативов ГТО в условиях университета. Результаты показали, что 30 % респондентов готовы выполнять нормативы в полном объеме: на «золото» (13,7 %) и «серебро» (16,3 %). Только 1 % респондентов не справился ни с одним испытанием, 19,7 % выполнили 1-2 норматива. Большая часть обследуемых (45,7 %) справилась с 80 % требований, не получив результат лишь по 1-2 видам испытаний. Причиной «неуспеха» данной категории взрослого населения является недостаточная осведомленность о возможности пересдачи испытаний, низкий уровень мотивации, издержки организации мероприятия и отсутствие помощника у каждого участника. Это перспективная часть обследованных, которая справится со всеми испытаниями при создании благоприятных условий. Необходимым условием для успешной подготовки и сдачи нормативов ГТО в университете является осуществление педагогического сопровождения специалистом по физической культуре и спорту [5, 6, 8]. Выигрышным моментом, по сравнению с другими организациями, можно констатировать достаточное количество штатных специалистов необходимого профиля, которые на высоком профессиональном уровне могут осуществлять эффективное педагогическое сопровождение как студентов, так и своих коллег.

Под педагогическим сопровождением профессорско-преподавательского состава мы понимаем систему деятельности специалистов по физической культуре, работающих на кафедрах физического воспитания университетов, направленную на создание условий для становления взрослого человека как субъекта подготовки к сдаче нормативов ГТО, способствующую снятию возможных затруднений развитию необходимых физиче-

ских качеств и достижению необходимого уровня физической подготовленности для успешной сдачи нормативов ГТО.

Педагогическое сопровождение в данном случае является механизмом реализации процесса подготовки и участия в контрольных мероприятиях каждого взрослого человека.

В результате изучения научной литературы, нами разработана концептуальная модель педагогического сопровождения подготовки взрослого населения к сдаче нормативов ГТО в условиях университета. Педагогическое сопровождение профессорско-преподавательского состава реализуется в несколько этапов. Первый этап связан с процессом диагностики. На данном этапе происходит изучение и детальный анализ реальных психофизических возможностей и уровня подготовленности взрослого человека к подготовке и сдаче нормативов ГТО, а также уровень личностного смысла каждого участника в сдаче нормативов ГТО. В его содержание входит освоение теоретической информации о сущности комплекса ВФСК ГТО, как уникального явления массового спорта, где одновременно все участники могут быть победителями, а также основных показателей личностного смысла. В рамках данного этапа преподаватели учились выявлять положительные стороны ВФСК ГТО лично для каждого, что позитивно влияло на общую мотивацию. Второй этап - операционный. Здесь происхо-

дит поиск возможных способов подготовки в зависимости от индивидуальных особенностей, выбор наиболее приемлемых форм, эффективных методов и средств.

Третий этап – организационный. На данном этапе происходит разработка плана подготовки и конкретизация поставленных задач. Четвёртый этап – актуализация самосознания, получение и анализ результатов, осознание сделанных ошибок, понимание просчетов, сбор необходимой информации для их устранения и оптимизации дальнейших действий. Важной составляющей педагогического сопровождения на данном этапе является организация физкультурно-спортивных мероприятий (соревнований), которые являются необходимыми условиями для сдачи норм ГТО. Именно в условиях соревнований принципиально повышается эффективность педагогического сопровождения. На протяжении всех соревнований человек, осуществляющий педагогическое сопровождение, должен находиться всегда рядом да правильного выбора приемлемых испытаний для каждого участника, для определения подходящего момента выполнения теста, что является важным фактором успешности выполнения нормативов. Кроме того, специалист может своевременно оказать консультативную помощь в случае, если какое-то испытание выполнено неудачно, инициировать его пересдачу и т.п.

В эксперименте приняли участие 80 преподавателей Высшей школы социально-гуманитарных наук. Результаты представлены на рисунке.

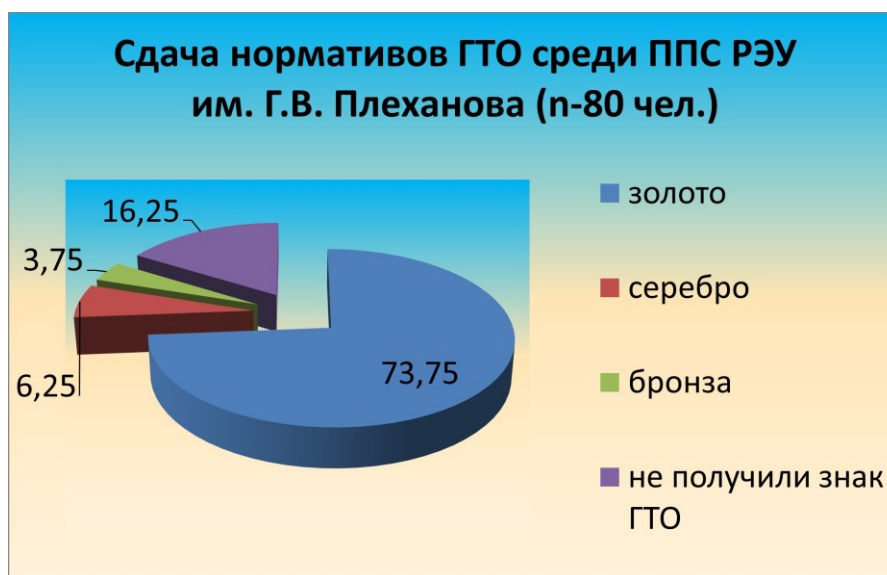


Рисунок Р результаты сдачи нормативов ГТО преподавателями Высшей школы социально-гуманитарных наук РЭУ им. Г.В. Плеханова

Проверка разработанной нами технологии педагогического сопровождения взрослого населения в подготовке и сдаче нормативов ГТО в условиях университета показала высокий уровень ее эффективности. 83,75 % участников успешно сдали нормативы ГТО, из них 73,73 % – на золотой знак, 6,25 % – на серебряный, 3,75 % – на бронзовый.

Выводы

Современный комплекс обладает огромным воспитательным и развивающим потенциалом. К сожалению, по разным причинам, далеко не вся часть взрослого населения систематически использует этот феномен современной цивилизации, недооценивая его возможности для физического и нравственного совершенствования человека. К наиболее распространенным причинам

можно отнести несовершенство системы организации взрослого населения для участия в мероприятиях ГТО, отсутствие в штатном расписании большинства организаций ответственного (специалиста по физической культуре, инструктора по спорту и т.п.) для эффективного педагогического сопровождения процесса подготовки к участию в движении ГТО, и, как следствие, наличие травматизма на занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, несформированность у представителей взрослого населения глубокого убеждения (личностного смысла) в необходимости подготовки и сдачи норм ГТО. Учет этих факторов позволяет осуществлять эффективное педагогическое сопровождение каждого, с учетом его индивидуальных особенностей. Организация Фестивалей ГТО и взаимодействие образовательных организаций, трудовых коллективов и Центров тестирования

ГТО МОСГОРСПОРТ является наиболее эффективной формой участия взрослого населения в мероприятии ВФСК ГТО и получении ими знаков ГТО. Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Конфликт интересов

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. Андриященко, 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 vlyucheniya vzroslogo 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 vzroslogo 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. Stolov, 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 fizicheskoy 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. kultury. 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_19

**PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE ADULT POPULATION IN PREPARATION
AND PASSING THE ALL-RUSSIAN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS COMPLEX
“READY FOR LABOR AND DEFENSE” STANDARDS AT THE UNIVERSITY**

Yulia B. Almazova ¹, Lyudmila V. Mosienko ^{2AB}, Ivan V. Kuznetsov ³, Fyodor F. Shestakov ⁴

Plekhanov Russian University of Economics ^{1, 2A}

Moscow, Russia

Russian State Social University ^{2B}

Moscow, Russia

Voronezh State Forest Engineering University named after G. F. Morozov ^{3, 4}

Voronezh, Russia

¹ Senior Lecturer, Department of Physical Education

ph.: +7(499)237-84-89, e-mail: Almazova.YB@rea.ru

^{2A} Grand PhD in Pedagogy, Associate Professor, Professor of the Department of Physical Education

^{2B} Professor of the Department of Foreign Languages and Culture

ph.: +7(495)255-67-67, e-mail: info@rgsu.net

³ PhD in Biology, Associate Professor, Head of the Department of Physical Education.

ph.: +7(473)253-75-71, e-mail: kiv_vgita@mail.ru

ORCID 0000-0002-7337-9424

⁴ Senior Lecturer of the Department of Physical Education

ph.: +7(919)235-32-28, e-mail: shestfedor@yandex.ru

ORCID 0000-0001-5014-6612

Abstract. The article is devoted to an urgent problem of our time – achieving a high level of physical development and physical fitness of the adult population of Russia. The solution to this problem is the modern “Ready for Labor and Defense” complex. The concept of the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” involves the participation of everyone in mass sporting events. Its main social role is to involve up to 80% of the population in active physical exercises with the goal of systematic participation in special mass competitions of the All-Russian Sports Federation of Sports and Defense (RLD), where each participant can simultaneously become a winner, which ensures the extreme relevance of the study. It is important to remember that All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” events are competitions, participation in which is unacceptable without preparation. Preparation has traditionally been carried out during training under the guidance of a coach. The problem is the lack of organization of pedagogical support for the adult population in preparing and passing the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” standards, the purpose of which is to improve the quality of life and health level of people involved in the process of active systematic physical exercise.

Keywords: “Ready for Labor and Defense” sports complex, adult population, teachers, students, pedagogical support for adults

Cite as: Almazova, Yu. B., Mosienko, L. V., Kuznetsov, I. V., Shestakov, F. F. (2024) Pedagogical support of the adult population in preparation and passing the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” standards at the university. Physical Culture and Health. (2), 19-23. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_2_19.

Received 06.05.2024

Accepted 27.06.2024