УДК 378.147.88

ПРОЕКТ «ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ ТИ (Ф) СВФУ К ВЫПОЛНЕНИЮ ВФСК ГТО»

Черцова А.И., Мороз А.А., Прокопенко Л.А.

Технический институт (филиал) Северо-Восточного федерального университета, Нерюнгри, Россия, e-mail: larisana4@mail.ru

Снижение интереса современной молодежи к физкультурно-спортивной деятельности и внедрение нового комплекса ГТО для создания эффективной системы физического воспитания в России побудило авторов разработать научный проект, который принял участие в конкурсе на соискание грантов Технического института (филиала) СВФУ среди студентов. Цель проекта повысить интерес и активность студентов к занятиям физической культурой и спортом, побудить к самостоятельным занятиям, привлечь проверить свои возможности в выполнении нормативов комплекса ГТО и повысить уровень физической подготовленности. Содержание проекта раскрывает методы и средства на повышение мотивации и выполнение нормативов студентами, программу поэтапного проведения мероприятий. Определены участники, с которыми осуществляется работа по проекту, участники, реализующие проект, партнеры, ожидаемые результаты. На основе современных подходов проектируется формирование готовности студентов вуза к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Ключевые слова: научный проект, студенты вуза, комплекс «Готов к труду и обороне», физкультурно-спортивная деятельность

THE PROJECT «IDENTIFY THE LEVEL OF READINESS OF STUDENTS OF TI (B) NEFU TOWARD IMPLEMENTATION OF ARSC RLD»

Chertsova A.I., Moroz A.A., Prokopenko L.A.

Technical institute (branch) of North-Eastern Federal university, Neryungri, Russia, e-mail: larisana4@mail.ru

The reduction of the interest of today's youth with sports activities and the introduction of new sport complex RLD to create an effective system of physical education in Russia prompted the authors to develop a research project that took part in the competition for the grants Technical Institute (branch) of NEFU among students. The project aims to increase the interest and activity of students to employments by physical culture and sports, to encourage self-employment, to attract to test their capabilities in implementing the standards of the sport complex RLD and enhance your level of physical fitness. The content of the project reveals the methods and means to enhance the motivation and performance standards for students, the program of gradual events. Participants with whom you are working on the project, the parties implementing the project, partners and expected results. On the basis of modern approaches designed formation of readiness of students to fulfill the standards of the sport complex RLD.

Keywords: science project, the students of the University, the sport complex «Ready for labor and defense», physical culture and sports activities

В институте студенты занимаются не только учебной деятельностью, но и научно-исследовательской. Обладая усидчивостью и волей к победе, студенты могут заслужить материальное вознаграждение за напряженный учебный труд. Такая поддержка в учебе как стипендии, гранты дают возможность студентам проявить себя, свой потенциал, совершенствоваться и развиваться.

Целью проведения конкурсов на соискание научных грантов является стимулирование научно-исследовательской деятельности, выявление и поощрение студентов, активно занимающихся научным поиском, что способствует эффективному развитию и повышению социального статуса вуза.

В ТИ (ф) СВФУ гранты являются формой поддержки фундаментальных и прикладных научных исследований, выполняемых научными группами или отдельными студентами.

Выбор нашей темы исследования был определен тем фактом, что «многими специалистами отмечается, что большинство современной молодежи не проявляют интереса к физкультурно-спортивной деятельности…» [2]. В данной связи нельзя не согласиться с целесообразностью возрождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), который представлен в документе «Распоряжение Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 1165-р об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» [3].

Согласно постановлению правительства РФ от 30 июня 2014 г., комплекс делится на 11 ступеней (возрастных групп с 6 до 70 лет и старше) и три уровня сложности, соответствующих бронзовому, серебряному и

золотому знакам отличия. Для выполнения комплекса необходимо пройти обязательные испытания на быстроту, выносливость, силу, гибкость. Кроме этого, в зависимости от возрастной группы и уровня сложности, участникам предлагается выполнить некоторое количество тестов по выбору (в их числе прикладные дисциплины: бег на лыжах, кросс по пересеченной местности, плавание, стрельба, туристический поход). Нормативы комплекса ГТО утверждает Министерство спорта РФ [4].

Согласно федеральному закону № 329 «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» отмечено обеспечение права каждого на свободный доступ к физической культуре и спорту как к необходимым условиям развития физических, интеллектуальных и нравственных способностей личности, права на занятия физической культурой и спортом для всех категорий граждан и групп населения [1].

Таким образом, внедрение комплекса ГТО является доступным для всех групп населения, призванным побуждать интерес и активность среди населения, с целью повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укрепления здоровья, гармоничного и всестороннего развития личности, воспитания патриотизма и обеспечения преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Цель работы – представить проект, направленный на выявление уровня готовности студентов ТИ (ф) СВФУ к выполнению ВФСК ГТО.

В основу разработки проекта положен метод научных проектов. В ноябре 2015 года в ТИ (ф) «СВФУ» был объявлен конкурс на соискание грантов по четырем направлениям. Конкурсной комиссии нами были предоставлены заявка и содержание проекта «Выявление уровня готовности студентов ТИ (ф) СВФУ к выполнению ВФСК ГТО». А в феврале 2016 года проект стал победителем конкурса на соискание грантов по гуманитарному направлению. Ниже представляем конкурсный научный проект.

Проект технического задания на выполнение работы «Выявление уровня готовности студентов ТИ (Ф) СВФУ к выполнению ВФСК ГТО»

Актуальность проекта

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье обучающихся относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Здоровье и здоровый образ жизни занимают первые места в иерархии потребностей человека нашего общества. Сейчас очень редко можно встретить человека, который мог бы похвастаться отменным здоровьем. Значительные и не очень проблемы со здоровьем можно встретить почти у каждого человека. Высокая интенсивность учебного труда студентов является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни (гиподинамия), накапливание отрицательных эмоций без физической разрядки, психоэмоциональные изменения, частое и долгое времяпрепровождение за компьютерами и различными гаджетами.

Исследование физической активности студентов ТИ (ф) СВФУ в свободное время в октябре 2015 г. показало, что физическая активность у большинства опрошенных студентов не так высока, как хотелось бы, особенно во время сессии и каникул, а также в утренние часы [5]. Самостоятельной организации студентов в период сессии и каникул недостаточно. Утренняя зарядка не является повседневной привычкой, и многими студентами просто игнорируется. Такое отношение к физической активности настораживает, тем более в период внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», когда необходимо выполнение высоких требований нормативов на быстроту, выносливость, гибкость, силу. Поддержать свою высокую физическую подготовленность возможно только при систематических занятиях.

Актуальность проекта состоит в том, чтобы мотивировать студентов к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при выполнении норм комплекса ГТО, путём самостоятельных тренировок и занятий, в спортивных секциях, кружках.

Цель проекта - создать положительную мотивацию у студентов для занятий спортом, совершенствовать физические качества, приобщать к физкультуре и спорту через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Содержание работы. Содержание работы включает следующие модули проекта:

1. Семинар «Организация комплекса ГТО» - повышение уровня информированности.

2. Анкетирование «Что ты знаешь о комплексе ГТО?» - проверка уровня информированности.

3. Информационное сопровождение: информация на сайте ТИ (ф) СВФУ, конкурс плакатов «Кто выполняет комплекс ГТО - тот богат здоровьем, умом и телом» - популяризация физкультурного движения и выполнения нормативов ВФСК ГТО.

4. Дополнительная внеурочная деятельность (самостоятельные тренировки и занятия, посещение спортивных секций), направленная на улучшение и тренировку физических качеств обучающихся, увеличение количества систематически занимающихся физической культурой и спортом на 10%.

5. Встреча со спортсменами г. Нерюнгри на тему «Значкисты ГТО вчера и сегодня» для повышения мотивации к занятиям и выполнению нормативов современного комплекса ГТО.

6. Соревнования по выполнению нормативов на силу, гибкость, скоростно-силовую подготовку – повышение показателей нормативов.

Участники, с которыми осуществляется работа по проекту

В проекте принимают участие студенты 1-2 курсов учебных групп ППО-14, ГД-15, ГД-14 ТИ (ф) СВФУ, имеющие допуск к соревнованиям по медицинским показаниям.

Участники, реализующие данный проект

В реализации проекта участвуют:

- авторский коллектив: организаторы проекта, студентки группы ППО-14 Мороз А. А., Черцова А. И. осуществляют организацию, координацию и контроль за реализацией проекта;

- судьи-волонтеры из числа студентов проводят приём нормативов комплекса «ГТО»;

- спортсмены г. Нерюнгри – значкисты ГТО: 1. Моряков Федор Николаевич – руководитель городского тира, значкист ГТО 1985 года, 2. Корсун Андрей – кандидат в мастера спорта по боксу, учитель физкультуры СШ №13, значкист ГТО 2015 г. участвуют в беседе со студентами;

- медицинский персонал института осуществляет допуск к соревнованиям, медицинское сопровождение соревнований;

- студенческий профсоюзный комитет, члены спортактива института участвуют в подведении итогов конкурсов.

Партнеры: отдел по внеучебной работе ТИ (ф) СВФУ.

Главное направление, с помощью которого планируется осуществить проектируемые преобразования – создание условий, побуждающих студентов к активной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, для подготовки и выполнения нормативов ВФСК ГТО.

Этапы реализации проекта:

Подготовительный этап – февраль 2016 г.

Основной этап – февраль-апрель 2016 г.

Заключительный этап – май 2016 г.

4. *Программа выполнения работы*

В ходе реализации проекта на подготовительном этапе организаторы проводят входное исследование уровня физической подготовленности участников – студентов учебных групп ППО-14, ГД-15, ГД-14, анкетирование студентов «Что ты знаешь о комплексе ГТО?», разрабатывают буклет (методические рекомендации) для самостоятельной подготовки студентов к выполнению нормативов.

На основном этапе проводят семинар для обучающихся «Организация комплекса ГТО», , конкурс плакатов «Кто выполняет комплекс ГТО - тот богат здоровьем, умом и телом», организуют встречу с известными спортсменами города «Значкисты «ГТО вчера и сегодня», составляют расписание занятий для совершенствования физических качеств участников проекта (данный график согласуется с зав.кафедрой физического воспитания ТИ (ф) СВФУ Хода Л.Д.). Ведут подготовку и контролируют самостоятельные занятия студентов в подготовке к участию в соревнованиях. Проводят соревнования по отдельным видам комплекса ГТО с награждением победителей и призеров.

На заключительном этапе подводятся итоги реализации проекта, сравнение начальных и конечных результатов уровня физической подготовленности, готовится научная статья по теме проекта.

Технико-экономические и другие показатели работы

Ожидаемые результаты:

Формирование устойчивой мотивации, потребности в ЗОЖ.

Активизация студентов, повышение доли их участия в физкультурном движении.

Повышение количества студентов систематически занимающихся физической культурой и спортом на 10%.

Повышение эффективности пропаганды физической культуры и спорта.

Вид и форма представления отчетных материалов по работе

Отчетные материалы (приложения):

1. Анкета по проверке знаний внедрения комплекса «ГТО» (для студентов ТИ (Ф) СВФУ).

2. Сценарий встречи студентов ТИ (ф) СВФУ со спортсменами г. Нерюнгри на тему «Значкисты ГТО вчера и сегодня».

3. Положение о проведении конкурса плакатов «Кто выполняет комплекс ГТО - тот богат здоровьем, умом и телом!».

4. Положение о проведении соревнований ВФСК ГТО среди студентов ТИ (ф) СВФУ.

Исполнители проекта: студентки 2 курса группы ППО-14 Мороз Анна Александровна, Черцова Алена Игоревна.

Научный руководитель проекта: к.п.н., доцент кафедры общеобразовательных дисциплин Прокопенко Лариса Анатольевна.

Заключение

На основе современных подходов разработан проект, направленный на повышение интереса и активности студенческой молодежи к физкультурно-спортивной деятельности, улучшения их физической подготовленности и формирования готовности к выполнению норм нового комплекса ГТО.

Список литературы

1. Иванова Н. Н. От ГТО к рекордам и здоровью / Яшкинский Вестник. Спорт: сайт. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://yash-vestnik.com/article/63432/

2. Парфенова Л.А., Гордеева Г.А. Предложения по совершенствованию нормативно-тестирующей части комплекса ГТО // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2014. - № 9.– С. 114-118.

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 1165-р об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс] - Режим доступа: http://www.minsport.gov.ru/rasp1165p_30062014.pdf

4. Постановление Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)». Режим доступа: http://government.ru/media/files/41d4e65eda8d60b71cca.pdf

5. Прокопенко Л.А. О самостоятельных занятиях физическими упражнениями студентов в ТИ (ф) СВФУ в преддверии внедрения в вузах ВФСК ГТО // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 10. – Ч. 4. – С. 647-649.