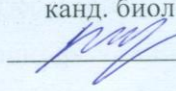


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Кафедра спортивных дисциплин

РЕКОМЕНДОВАНО К ЗАЩИТЕ
В ГЭК И ПРОВЕРЕНО НА ОБЪЕМ
ЗАИМСТВОВАНИЯ
заведующий кафедрой,
канд. биол. наук, доцент
 Е.Т. Колунин
2018 г.

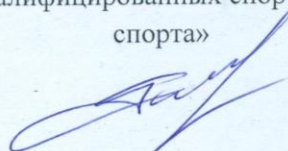
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
(магистерская диссертация)

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К
ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГТО»
(НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ТЮМГУ)

49.04.01 Физическая культура
Магистерская программа

«Подготовка высококвалифицированных спортсменов в избранном виде
спорта»

Выполнила работу
студентка 3 курса
заочной формы
обучения



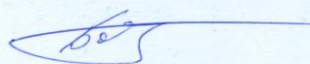
Янаева
Франческа
Александровна

Научный руководитель
канд. биол. наук, доцент



Колунин
Евгений
Тимофеевич

Рецензент
Руководитель ЦОФК



Богацкой
Алексей
Дмитриевич

г. Тюмень, 2018 г.

АННОТАЦИЯ

Диссертационная работа посвящена проблеме формирования у студенческой молодёжи мотивации к выполнению норм ВФСК «Готов к труду и обороне». Проведён анализ научной и учебно-методической литературы по проблеме формирования мотивации у населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Определены основные проблемы, связанные с информированностью студентов и их желанием выполнять упражнения комплекса «ГТО». В ходе проведения педагогического эксперимента со студентами Института психологии и педагогики Тюменского государственного университета установлено, что разработанная программа позволила повысить заинтересованность студентов к выполнению норм ГТО, возросла популярность ВФСК «ГТО» среди студентов, увеличилось число студентов, выполнивших нормативы ВФСК «ГТО».

Диссертационная работа состоит из введения, трех глав, выводов, списка использованной литературы и приложения, включая 19 рисунков и 3 таблицы. Общий объем диссертационной работы составляет 76 страниц.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 4 |
| ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ТЮМГУ ПРИ СДАЧЕ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ... | 7 |
| 1.1. Организации физического воспитания и выполнения норм ВФСК ГТО в высших учебных заведениях..... | 7 |
| 1.2. Современные подходы к внедрению и продвижению идей ВФСК ГТО в России..... | 15 |
| 1.3. Особенности мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом..... | 21 |
| ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ..... | 29 |
| 2.1. Методы исследования..... | 29 |
| 2.2. Организация исследования..... | 33 |
| ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ..... | 37 |
| 3.1. Результаты констатирующего эксперимента по выявлению мотивации студентов к сдаче нормативов ВФСК «ГТО»..... | 37 |
| 3.2. Организация работы по формированию мотивации студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО | 46 |
| 3.3. Результаты исследования по формированию мотивации у студенческой молодежи к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» | 49 |
| ВЫВОДЫ..... | 61 |
| ЛИТЕРАТУРА..... | 63 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ..... | 73 |

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Как показывает история, начиная с 90-х годов двадцатого века, традиция к ведению здорового образа жизни, к организации массового спорта заметно утихает. Неблагоприятная экологическая обстановка, которая складывается в последнее время, значительно влияет на организм и самочувствие человека и тем самым значительно понижает иммунитет, что ведет к заболеваемости населения, снижаются потенциальные возможности образовательного и рабочего процесса. Причиной ухудшения здоровья является, в том числе и нарушение правил здорового образа жизни.

Одна из важных целей государства – это сформировать потребность у населения в здоровом образе жизни. Создание эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, является частью программы совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта. Вводимые нормы ГТО также должны быть массовыми спортивными мероприятиями, как уже любимые в России массовые старты (Кросс наций, Лыжня России). Внедряя идею сдачи норм ГТО, главным является не принудительное обязательство сдать нормативы, а добровольческое желание прийти и сдать нормативы комплекса ГТО, повысить свои физические показатели, повысить свою физическую подготовленность. Если применять насильственный метод сдачи нормативов, то это вызовет только негативную реакцию у населения. Стержнем любой деятельности является потребностно-мотивационный компонент. Потребность в сохранении и укреплении здоровья, потребность в физическом совершенствовании, потребность в достижении результата - вот психологические основы мотивации занятий физической культурой и спортом.

Актуальность данной работы заключается в том, что на сегодняшний день в России возрождается национальная идея, которая направлена на

улучшение здоровья и патриотизма российских граждан. Для реализации данной идеи с каждым годом развивается система сдачи нормативов комплекса ГТО. В современных исследованиях по проблеме внедрения ВФСК ГТО важным является вопрос по формированию мотивации студенческой молодежи к выполнению нормативов комплекса ГТО.

А мотивация является основой активного, настойчивого, положительного отношения к физкультурной и спортивной деятельности. Создание должной мотивации на здоровый стиль жизни позволит овладеть умениями и навыками ведения здорового образа жизни вообще, и выполнения нормативов комплекса ГТО в частности, и даст положительные предпосылки изменения образовательно-воспитательного процесса в учебных общеобразовательных учреждениях и в вузах.

Выявлены следующие **противоречия**:

1. Объективным потенциалом физической культуры в совершенствовании двигательных качеств человека, повышении уровня здоровья, обогащении его духовного мира и отсутствие устойчивого, мотивированного интереса к активным видам физкультурно-спортивной деятельности у значительной части студентов;

2. Пропаганды занятий физической культурой и спортом как составляющей здорового образа жизни и недостаточным привлечением всех участников образовательного процесса к регулярным занятиям физической культурой

3. Необходимость внедрения комплекса ГТО в студенческую среду и недостаточно изученность мотивов, побуждающих студенческую молодежь к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Объект исследования – процесс формирования мотивации студентов к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Предмет исследования – мотивы, побуждающие студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО»

Цель исследования – изучение и формирование у студенческой молодёжи мотивации к выполнению нормативов ВФСК «ГТО».

Гипотеза исследования заключается в том, что процесс формирования мотивации к выполнению норм ВФСК ГТО у студенческой молодежи будет эффективным, если:

- в рамках занятий по дисциплине «Физическая культура» проводить со студентами специальные мероприятия в виде презентаций и бесед, формирующих позитивное отношение к данному комплексу;

- целенаправленно развивать физические качества студентов в рамках учебных занятий и самостоятельной работы, позволяющие им успешно выполнять нормы ВФСК «ГТО»;

- в рамках внеучебной деятельности организовывать и проводить фестивали ГТО, на которых, студенты смогут выполнять нормы комплекса;

- критериями эффективности считать повышение количества студентов, позитивно относящихся и приступивших к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Для достижения поставленной цели в ходе исследования решались следующие **задачи**:

1. Проанализировать состояние проблемы формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом на основе изучения научной и учебно-методической литературы.

2. Провести исследование сформированности и динамику мотивации к выполнению норм ВФСК «ГТО» у студентов.

3. Разработать и экспериментально обосновать комплекс мероприятий, направленных на повышение мотивации у студентов к выполнению норм ВФСК "ГТО".

Практическая значимость.

Полученные данные могут быть использованы в работе со студентами и привлечения их к выполнению норм ВФСК «ГТО»

ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ВФСК «ГТО»

1.1. Организации физического воспитания и выполнения норм ВФСК ГТО в высших учебных заведениях

Уже очень давно наукой был признан тот факт, что если человек систематически и регулярно выполняет различные физические упражнения, то это положительно влияет на его общее и физическое состояние. Занятия физическими упражнениями оказывают большое влияние на становление физической составляющей организма, а также оказывает эффективное влияние на психическое состояние человека, также спорт помогает снять стресс. Грамотно подобранные и составленные занятия различными физическими упражнениями улучшают физическое развитие, повышают физическую подготовленность, в которую входит развитие силы, выносливости, гибкости и др. Занимаясь спортом, повышается работоспособность, укрепляется иммунитет, улучшаются функциональные системы организма. В настоящее время в медицине было отмечено, что встречается большой процент студентов, у которых в результате медицинского обследования, отмечаются отклонения от норм по состоянию здоровья, и в итоге их относят к специальной медицинской группе. Поэтому особенно для студентов актуальным является выполнение различных физических упражнений, чтобы их здоровье в дальнейшем не ухудшалось [45, С. 59-60].

В XXI веке все образовательные учреждения, в которых обучаются студенты, выделяют одну из главных задач физического воспитания – сохранить и укрепить здоровье студенческой молодежи, воспитать в них потребность к регулярным занятиям спортом, замотивировать студентов к здоровому образу жизни [4, С. 28-29].

Сегодня тренеры-преподаватели в высших учебных заведениях стараются организовать занятия таким образом, чтобы студентам было

интересно присутствовать на занятиях, педагоги стараются максимально учесть интерес молодежи при организации занятий. Но также большую роль играет и педагогическое мастерство преподавателя, так как от этого зависит дальнейшее отношение студента к физическим занятиям. Также в большинстве ВУЗов на сегодняшний день предлагаются альтернативные замены занятий в спортивном зале, студенты могут выбирать какой спортивной секцией они бы хотели заниматься, такой подход поднимает мотивацию к выполнению физических упражнений, ведь студент посещает именно то, чем ему нравится заниматься.

К преподавателям физической культуры высших учебных заведений выдвигаются некоторые требования, они должны оперировать знаниями по организационно-правовой основе, знать медицинские аспекты, также знать нормативные показатели при сдаче Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, уметь улучшать основные двигательные умения и навыки у студентов [12, С. 179-180]. Чем больше преподаватель компетентен в различных вопросах по физическому воспитанию студентов, тем больше у него шанс заинтересовать и привить потребность к занятиям спортом у студентов.

Мотивационные особенности включения студентов к подготовке и сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО требуют от специалиста в области физической культуры разработки адекватных методов и приемов воспитания [19, С. 50]. Преподаватель должен умело и своевременно применять инновационные методики, способствующие: психологической подготовке в таких аспектах, как оптимальное психическое состояние, адекватная оценка своих возможностей и реакция на воздействие факторов внешней и внутренней среды, нивелирование состояния неуверенности, страха, фрустрации.

Все, кто занимается различными видами спорта, знают, что при выполнении одних и тех же упражнений пропадает интерес к занятиям, появляется состояние монотонии. В таком случае, если тренер-преподаватель

не внесет в свои занятия новые виды физических упражнений, новые методики, которые способствуют повышению мотивации для занятий спортом у студентов, то это способствует отрицательному эффекту. Данный эффект проявляется в апатии к физическим упражнениям, к нежеланию посещать занятия в университете по физической культуре, пропадает интерес к физической культуре в целом. Для того, чтобы данная проблема не встретилась у преподавателей по физической культуре, важно постоянно менять объем и интенсивность физических упражнений, изменять нагрузку, вносить новые и интересные упражнения. На сегодняшний день комплекс ГТО включает в себя различные виды физических упражнений, опираясь на базу данного комплекса, можно варьировать и составлять такие занятия, которые были бы интересны студентам. Благодаря комплексу ГТО студенты могут повысить свою физическую и двигательную подготовку. [16, С. 89-96].

Что же заключается в понятии «ГТО» - это программа физической подготовки, которая существовала не только в общеобразовательных, но и в спортивных, профильных, профессиональных организациях Советского Союза [7, С. 110-112]. Данная программа несла поддержку от государства, вопросы финансирования тоже лежали на государстве, данная программа несла смысл патриотического воспитания граждан своей страны. История ГТО прошла 60 лет, за это время данная программа полюбилась большинству населения Советского Союза, она стала их частью жизни. Но сложилось так, что и эта программа в прошлом исчезла и позабылась, но спустя 23 года забвения, ГТО стали внедрять в общество, постепенно программа распространялась среди населения, в общеобразовательных учреждениях, а на сегодняшний день ГТО занимает важные позиции в качестве показателя успеваемости абитуриента.

Особенно важным комплекс ГТО является для студентов, им важно понять, что благодаря этому комплексу можно улучшить свое здоровье, повышать свою работоспособность, быть в хорошем настроении, выполняя упражнения, которые входят в комплекс ГТО. Как показывает статистика, на

сегодняшний день в высшие учебные заведения поступают студенты с различными заболеваниями, такие как ВСД (вегетососудистая дистония), нарушение опорно-двигательного аппарата и зрения. Если в высших учебных заведениях организовывать занятия с введением ГТО, то это будет способствовать, повышению мотивации студентов в дальнейшем пойти и попробовать сдать нормы ГТО, а также будет вырабатывать привычку к регулярным занятиям физическим воспитанием [42, С. 97-99].

Строя занятия физической культурой в высших учебных заведениях и внедряя упражнения с комплекса ГТО, у студентов появляется время, чтобы подготовиться к выполнению норм, также они получают определенную цель для занятий спортом. Так сложилось, что молодежь сегодня видит время как бесконечность, что они всегда будут молодые и здоровые, поэтому необязательно заниматься спортом, совершенствоваться. Но если замотивировать студентов на определенную конечную цель – сдача нормативов ГТО, то можно дать понять, для чего нужно заниматься и чего можно добиться, готовясь к выполнению нормативов ГТО. Некоторые молодые люди, поставив перед собой цель – выполнить нормы ГТО, могут начать заниматься спортом, данный стимул может способствовать «вхождению в спорт», а возможно, и найти себя в нем. Главное, если у студентов появилась новая цель – выполнить нормативы ГТО, важно им в этом помочь. Высшие учебные заведения должны создавать соответствующие условия для подготовки студентов, чтобы во время учебы перед студентом не было подобных вопросов: «А в каком месте я бы смог заниматься?». Занимаясь физическими упражнениями, молодые люди укрепляют свое тело и дух, силу воли [24, С. 61-65].

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» были утверждены Приказом Минспорта России от 8 июля 2014 г. № 575. Студенты, попадают в

возрастную группу от 18 до 29 лет, что соответствует VI ступени. Для тестирования утверждены следующие упражнения.

Таблица 1

**Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**IX ступень
(возрастная группа от 18 до 29)
МУЖЧИНЫ**

| № п/п | Виды испытаний (Тесты) | Возраст (лет) | | |
|---------------------------------------|--|-------------------|---------------------|-----------------|
| | | 18–24 | | |
| | | Бронзовый знак | Серебрян ый знак | Золотой знак |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (сек.) | 4,8 | 4,6 | 4,3 |
| | Или бег на 60 м (сек.) | 9,0 | 8,6 | 7,9 |
| | Или бег на 100 м (сек.) | 14,4 | 14,1 | 13,1 |
| 2. | Бег на 3000 м (мин., сек.) | 14,30 | 13,40 | 12,00 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | 10 | 12 | 15 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) | 28 | 32 | 44 |
| | или рывок гири 16 кг (кол-во раз) | 21 | 25 | 43 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) | +6 | +8 | +13 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | |
| 5. | Челночный бег 3x10 м (с) | 8,0 | 7,7 | 7,1 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 370 | 380 | 430 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 210 | 225 | 240 |
| 7. | Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) | 33 | 35 | 37 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) | 33 | 37 | 48 |
| 9. | Бег на лыжах на 5 км (мин., сек.) * | 27,00 | 25,30 | 22,00 |
| | или кросс на 5 км (по пересеченной местности) (мин., сек.) | 26,00 | 25,00 | 22,00 |

| | | | | |
|-----|--|-------|-------|-------|
| 10. | Плавание на 50 м (мин., сек.) | 1,10 | 1,00 | 0,50 |
| 11. | Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом | 15 | 20 | 25 |
| | или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия» | 18 | 25 | 30 |
| 12 | Самозащита без оружия (очки) | 15-20 | 21-25 | 26-30 |
| 13. | Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее км.) | 15 | | |
| | Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе | 13 | 13 | 13 |
| | Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса | 7 | 8 | 9 |

*Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

Таблица 2

**Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**IX ступень
(возрастная группа от 18 до 29)
Ж Е Н Щ И Н Ы**

| № п/п | Виды испытаний (Тесты) | Возраст (лет) | | |
|---------------------------------------|---|-------------------|---------------------|-----------------|
| | | 18–24 | | |
| | | Бронзовый знак | Серебрян ый знак | Золотой знак |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (сек.) | 5,9 | 5,7 | 5,1 |
| | Бег на 60 м (сек.) | 10,9 | 10,5 | 9,6 |
| | Бег на 100 м (сек.) | 17,8 | 17,4 | 16,4 |
| 2. | Бег на 2000 м (мин., сек.) | 13,10 | 12,30 | 10,50 |
| 3. | Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (кол-во раз) | 10 | 12 | 18 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) | 10 | 12 | 17 |

| | | | | |
|------------------------------------|--|-------|-------|-------|
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) | +8 | +11 | +16 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | |
| 5. | Челночный бег 3x10 м (с) | 9,0 | 8,8 | 8,2 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 270 | 290 | 320 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 170 | 180 | 195 |
| 7 | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) | 32 | 35 | 43 |
| 8. | Метание спортивного снаряда весом 500 г (м) | 14 | 17 | 21 |
| 9. | Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.) * | 21,00 | 19,40 | 18,10 |
| | или кросс на 3 км (по пересеченной местности) (мин., сек.) | 19,15 | 18,30 | 17,30 |
| 10. | Плавание на 50 м (мин., сек.) | 1,25 | 1,15 | 1,00 |
| 11. | Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом | 15 | 20 | 25 |
| | или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия» | 18 | 25 | 30 |
| 12 | Самозащита без оружия (очки) | 15-20 | 21-25 | 26-30 |
| 13. | Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее км.) | 15 | | |
| | Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе | 13 | 13 | 13 |
| | Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса | 7 | 8 | 9 |

*Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

Значение комплекса ГТО можно рассмотреть в нескольких вариантах:

– Во-первых, данный комплекс в дальнейшем будет основой для совершенствования различных стандартов, программ по физическому воспитанию и спорту в различных образовательных организациях. Также

различные физкультурно-спортивные клубы и трудовые коллективы, в которых физкультурно-спортивной работе уделяется большое внимание, могут использовать комплекс ГТО, как основу для построения программ.

– Во-вторых, система нормативных оценок комплекса ГТО устанавливает основные требования государства в области физической подготовленности различных групп населения.

– В-третьих, комплекс ГТО устанавливает определенный перечень ЗУН каждого гражданина нашей страны по ведению здорового образа жизни, выполнению физических упражнений, занятий спортом [32, С. 39-42]. Каждый человек может самостоятельно подготавливаться к сдаче нормативов ГТО, все нормативы указаны на сайте ВФСК «ГТО».

В настоящее время из-за неблагоприятных условий внешней среды, а также из-за проблем, которые связаны с изменениями социально-политическом и экономическом устройстве общества, наш организм может ухудшаться, физическое состояние человека может быть слабым, поэтому очень важно, чтобы студенческая молодежь понимала, что систематические занятия спортом несут положительные эффект для здоровья. Организм спортивного человека становится стойким к простудным заболеваниям, он с меньшей силой реагирует на изменения природы [41, С. 205-207]. А так как студенты являются будущими работниками по различным специальностям, то особенно важно с ранних лет поддерживать свое физическое и психическое здоровье, именно студенты вносят новый вклад в возрождении здоровой России.

Также на сегодняшний день специалисты в области физического воспитания и спорта уделяют большое внимание на то, что российское образование выдвигает новые требования к системе физического воспитания студентов. Физическая культура играет большую роль для молодого поколения в воспитательном и образовательном значении. Поэтому преподаватели физической культуры в высших учебных заведениях в настоящее время организуют свою педагогическую работу таким образом,

чтобы учебные занятия несли в себе функцию психологического и социально-культурному становлению студентов. Создаются условия для формирования у неё осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышением уровня физической подготовленности. Можно отметить, что с каждым годом большое внимание уделяется организации физического воспитания и выполнения норм ВФСК ГТО в высших учебных заведениях. [43].

Таким образом, методика внедрения комплекса ГТО включает разработку нормативных документов, выполнение плана мероприятий, разработанных Правительством Российской Федерации, создание тестирующих центров, организацию тестирования в соревновательных условиях, моральное и материальное стимулирование выполнивших нормативы ГТО (вручение знаков, учет наличия знака ГТО при поступлении в учебное заведение, назначение повышенной стипендии при наличии золотого знака).

1.2. Современные подходы к внедрению и продвижению идей ВФСК ГТО в России

Президент РФ отмечает, что в настоящее время нужна сеть некоммерческих физкультурно - спортивных клубов по месту жительства, работы или службы. Для того, чтобы люди могли заниматься физическими упражнениями рядом с домом, в шаговой доступности. Важно разрабатывать экономичные спортивные сооружения, обязательно ставить тренажеры на открытом воздухе, а также особенное внимание уделять спортивной инфраструктуре общеобразовательных школ. Действительно, мотивация к занятию физическими упражнениями формируется с раннего возраста, правильно организованные занятия, наличие различных спортивных сооружений и предметов, помогут привить большинству младшим школьникам к регулярным занятиям спортом.

Организация спортивных площадок со стандартными сооружениями на открытом воздухе дадут толчок для населения к подготовке и выполнению норм ГТО. В настоящее время, как показывает практика, количество таких площадок стремительно растет, количество занимающихся на данных площадках увеличивается. Государство не ставит цель воспитать всех людей чемпионами, цель заключается в том, чтобы происходило оздоровление нации, люди все чаще занимались физическими упражнениями. Чтобы наша Родина в будущем была процветающим государством с сильной экономикой и могучей страной, с обществом свободным от алкоголя и наркотиков, уже сейчас нужно заботиться о развитии детского, студенческого и массового спорта. В первую очередь нужно обеспокоиться об условиях, в которых спорт станет общедоступным, и результаты не заставят себя ждать, потому что спорт - возможный источник самосовершенствования для каждого человека [5, С. 20-22].

Этапы внедрения комплекса ГТО регулируются распоряжением правительства РФ от 30 июня 2014 г. № 1165-р и делят внедрение комплекса на III этапа [36]:

- I этап (1 июля 2014 года – 31 декабрь 2015 года) – I–VI ступени (школы, ссузы, вузы), 12 регионов РФ;
- II этап (1 января 2016 года – 31 декабря 2016 года) – I–VI ступени (школы, ссузы, вузы), всей страны, апробация среди взрослого населения;
- III этап (с 1 января 2017 года) – Все ступени, все категории населения, все регионы РФ.

В настоящий момент ГТО могут сдавать лица от 6 до 70 лет и старше. Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней. Он разделен по уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам [36].

1 ступень — группы возрастом от 6 до 8 лет.

2 ступень — группы возрастом от 9 до 10 лет.

3 ступень — группы возрастом от 11 до 12 лет.

4 ступень — группы возрастом от 13 до 15 лет.

5 ступень — группы возрастом от 16 до 17 лет.

6 ступень — группы возрастом от 18 до 29 лет.

7 ступень — группы возрастом от 30 до 39 лет.

8 ступень — группы возрастом от 40 до 49 лет.

9 ступень — группы возрастом от 50 до 59 лет.

10 ступень — группы возрастом от 60 до 69 лет.

11 ступень — группы возрастом от 70 лет и старше.

Разработанные виды нормативов и испытаний направлены на определение уровня физической подготовленности человека. Показателями физической подготовленности человека являются его скоростные возможности, развитие выносливости и силы, гибкости [48, С. 168-170].

При внедрении комплекса ГТО в жизнь неизбежно возникает ряд серьезных проблем.

– Во-первых, нормативы комплекса ГТО могут выполнять граждане, которые относятся к основной группе здоровья, на основании медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации [35]. Нет разработанного комплекса по сдаче нормативов для других категорий граждан (люди с ограниченными возможностями здоровья), для детей, которые отнесены в специальную и подготовительную группу по физической подготовке. Нынешние нормативы ГТО порой сложно сдавать и полностью здоровому человеку, что уж говорить про отдельные группы не вполне здоровых людей.

– Во-вторых, в некоторых общеобразовательных учреждениях нет в наличии необходимого комплекта, который нужен для сдачи нормативов ГТО, например, снаряжение для турпоходов. На некоторых ступенях комплекса есть нормативы, где необходимо данное снаряжение. Также в некоторых учебных заведениях нет спортивных площадок для организации на них тренировок по сдаче нормативов ГТО. Недостаточно

укомплектованное учебное заведение спортивным оборудованием не дает в полной мере реализовать подготовку студентов и школьников к сдаче нормативов ГТО, что сказывается на их физическом развитии и в некоторой степени на формирование мотивации к дальнейшим занятиям спортом [37, С. 102-105].

Но в настоящее время государство активно поддерживает реализацию программы ВФСК ГТО и финансирует некоторые регионы, так выделили двенадцать экспериментальных регионов Российской Федерации, для которых поступают средства из бюджета государства для реализации программы. Выделенный бюджет направлен на закупку спортивного инвентаря, обустройства спортивных площадок, реконструкции определенных строительных комплексов, лыжных трасс и льда для занятия зимними видами спорта. Но как показывает практика данных экспериментальных регионов выделенных средств недостаточно. Возникает достаточно острая проблема, для того, чтобы регион был полностью укомплектован всеми нужными средствами для подготовки к сдаче нормативов ГТО, необходима большая финансовая поддержка [37, С. 107].

– И, в-третьих, для того, чтобы комплекс ГТО активно развивался в высших учебных заведениях, необходим компетентный педагогический состав вузов по физической культуре. Программа ГТО выделяет некоторые важные требования для тренеров-преподавателей. Необходимо организовывать дополнительные курсы, повышать квалификацию тренеров-преподавателей высших учебных заведений, для того, чтобы они владели новыми методиками для организации занятий по физической культуре, также могли правильно оценивать нормативы сдачи ГТО, разрабатывали занятия с внедрением комплекса ГТО, чтобы у студенческой молодежи повышалась мотивация для занятий физической культурой и спортом [37, С. 107-108].

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО с каждым годом набирает обороты, и для его успеха все названные проблемы необходимо решить в наикратчайшие сроки.

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» федеральные государственные образовательные стандарты обеспечивают «государственные гарантии уровня и качества образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации основных образовательных программ и результатам их освоения [1].

Именно ФГОС являются основой при разработке образовательных программ, определяющих содержание образования, образовательными учреждениями [1]. В связи с этим необходимым условием интеграции ВФСК ГТО в систему образования является внесение изменений в федеральные государственные образовательные стандарты (далее – ФГОС) дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего, среднего и высшего профессионального образования, а также соответствующие образовательные программы для учета государственных требований к уровню физической подготовленности, уровню знаний и умений в области физической культуры и спорта в соответствии с «Положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» – программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации.

Изменения в ФГОС высшего профессионального образования целесообразно вносить с учетом сферы профессиональной деятельности.

В ФГОС направлений подготовки, для которых физическая культура не является сферой профессиональной деятельности, необходимо включить общекультурные компетенции (ОК):

- использовать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО;

- использовать основы знаний в области физической культуры для формирования гражданской ответственности за сохранение и укрепление

своего здоровья и ценностного отношения к своему здоровью, для ведения здорового образа жизни, в том числе организации недельного двигательного режима [10, С. 40 - 43].

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2020 году должна достигнуть 40%, а среди обучающихся – 80%. Поэтому необходимо создать современную и эффективную государственную систему физического воспитания населения. Её системообразующим элементом призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.

Реализация проекта возрождения комплекса ГТО позволяет решить три важнейшие задачи в сфере государственной политики в области спорта.

- Первая задача заключается в повышение эффективности государственной системы управления массовым спортом.

- Вторая задача направлена на то, чтобы расширить возможность выявления одаренных в спортивном плане детей. В внедрении комплекса ГТО дети могут пробовать себя в спорте, возможно, у кого-то из детей есть скрытые способности к определенному виду спорта, а благодаря сдаче нормативов, ребенок сможет почувствовать себя более уверенным. Также сдача нормативов комплекса ГТО может замотивировать детей при неуспешной сдаче в первый раз, попробовать еще раз себя в своих силах, ребенок может увлечься спортом с большим желанием.

- Третья задача рассматривает стимулирование в рамках Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, в рамках которой создан механизм государственно-общественного партнёрства, позволяющий объединить интересы органов государственной власти, общественных организаций, населения региона в стремлении укрепить

позиции массового спорта и предложить наибольшее количество услуг в спортивной сфере [11, С. 47-49].

К сдаче нормативов комплекса ГТО призывают население на принципе добровольного участия, в рабочих организациях уделяют внимание развитию физкультурного движения, призывают сотрудников посещать и пробовать сдавать нормативы комплекса ГТО, тем самым мотивируя сотрудников к здоровому образу жизни. Комплекс ГТО ориентирован на массовое участие граждан, также одним из главных направлений является подготовка населения к сдаче нормативов ГТО, а затем – сама сдача на базе спортивных сооружений спортклубов, учебных организаций и т.д. То есть главная задача – создать оптимально комфортные условия для подготовки и выполнения норм комплекса ГТО различных слоев населения. Все участники, которые приходят сдавать нормы ГТО, получают книжку, в которую заносятся все результаты, благодаря этому можно отслеживать динамику изменений при сдаче нормативов. Также одной из наград для участников ВФСК ГТО, которые показали хорошие результаты, является получение отличительных знаков ГТО [31].

1.3. Особенности мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом

Многие психологи в своих исследованиях рассматривали мотивы, как устойчивые проявления личности человека, побуждающие его к деятельности и, изучали средства способные эффективно влиять на деятельность личности. Мотивация ими рассматривается как совокупность побуждающих факторов, определяющих активность личности. Структура мотивационной сферы включает – мотивы, потребности, стимулы, ситуативные факторы, которые определяют человеческую деятельность [42, С. 97-99].

Педагогические аспекты образовательной мотивации рассмотрены в работах отечественных ученых, которые уделяют особое внимание развитию

общей (коллективной) познавательной активности личности с учетом творческих интересов учащихся. Зарубежные же ученые делают акцент на проблеме индивидуального подхода к учащемуся при организации образовательного процесса, учету природных интеллектуальных способностей и дифференциации обучения [40].

В настоящее время необходимо найти механизмы возрождения отношения у населения к здоровому образу жизни, на повышение патриотизма в стране. Для реализации масштабной задачи «Здоровый образ жизни» и повышения уровня жизни граждан РФ необходимо было создание современной государственной системы физического воспитания населения России.

Как показывают статистические данные «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» в России более 60% обучающихся имеют нарушения здоровья, только 14% обучающихся старших классов считаются практически здоровыми. На основе таких данных можно сказать, что проблема сохранения здоровья молодежи на сегодняшний день является довольно значимой проблемой в России. Около 50% молодых юношей, которые готовятся пойти в армию, имеют низкий уровень физической подготовленности. Такой уровень не соответствует требованиям, которые предъявляет служба армейской подготовки, также около 40% допризывной молодежи не могут выполнить минимальные требования по нормативам [6]. Такие данные дают понять, что среди студенческой молодежи, среди старших классов, нужно стремиться поднимать уровень мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

01 сентября 2014 года программной и нормативной основой физического воспитания населения является физкультурно - спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Данный комплекс способен усовершенствовать государственную политику в области физической культуры и спорта, сделать систему физического воспитания более эффективной, способствовать укреплению здоровья населения и развитию

человеческих возможностей. Президент РФ – В.В. Путин, принявший в марте 2014 г. Указ ГТО, инициировал возрождение комплекса «Готов к труду и обороне» [35].

Возрождение идеи ГТО в нашей стране несет определенную цель – это мотивировать и стимулировать желание у людей к здоровому образу жизни, систематически и регулярно заниматься физическими упражнениями, различными видами спорта, также стремиться соблюдать правильное питание, вести активную жизненную позицию, повышать свое здоровье, свой иммунитет благодаря занятиям спортом, соблюдать различные гигиенические требования, а также участвовать в спортивных мероприятиях, которые проводятся в регионах. Также важным является то, что если человек не смог показать положительные результаты при сдаче норм ГТО, то он был замотивирован дальнейшей работой над собой и своим телом, важно стараться проявлять и развивать свои способности и возможности [39].

Понимание того, что спортивные достижения будут оцениваться, заставляет молодых людей работать над собой. Обладатели знаков отличия ГТО имеют преимущество при поступлении в ВУЗ, а именно начисление дополнительных баллов. [44, С. 78-79]. Так же в настоящее время одним из эффективных способов мотивирования студентов к сдаче норм ГТО на золотые, серебряные и бронзовые значки является повышение стипендии. Несомненно, это является одним из мощных толчков начать заниматься спортом и показать хорошие результаты, данный метод только начинает внедряться в российские университеты.

На рынке труда растет востребованность в молодых специалистах, занимающих активные позиции по отношению, в первую очередь, к себе, а показателем этого будут значки ГТО. Студенты с активной жизненной позицией, с желанием постоянно развиваться и занимающиеся спортом, особенно востребованы при поступлении на работу, так как активные люди, являются большими генераторами различных новых идей и проектов.

Поэтому, чтобы воспитать такого человека, высшие учебные заведения должны уделять большое внимание формированию мотивации у студентов к сдаче нормативов ГТО. Именно мотив является источником деятельности и выполняет функцию побуждения и смыслообразования.

Мотивация - это внутренняя психологическая характеристика личности, которая побуждает человека к тем или иным действиям, для достижения какого-либо результата. Благодаря мотивации происходит положительное отношение к занятию спортом. Человек, который является заинтересованным на тот или иной результат, всегда готов заниматься физической культурой и спортом, чтобы улучшить свой результат, либо просто поддерживать себя в хорошей физической форме. Создание должной мотивации на здоровый стиль жизни позволяет эффективно управлять деятельностью определенной группы населения, повышает их ответственность и дисциплинированность, активность и самостоятельность в процессе овладения умениями и навыками ведения здорового образа жизни вообще, и выполнения нормативов комплекса ГТО в частности, и дает положительные предпосылки изменения образовательно-воспитательного процесса в учебных общеобразовательных учреждениях и в вузах [20, С. 33-35].

Так, А.В. Волынкина, В.А. Шемятихин [15] считают, что в высших учебных заведениях студенческую молодежь можно подготовить к сдаче норм ГТО во время организации физического воспитания. Высшие учебные заведения разрабатывают программы, которые основываются на ФГОС. Разработанная программа может содержать занятия, в которых будут интегрированы нормативы комплекса ГТО, чтобы студенты постепенно могли подготавливаться к сдаче норм.

Ю.Р. Тагильцева [47] рассматривает данный вопрос с точки зрения массового сознания, отмечая, что нужно внедрять сдачу нормативов ГТО через массовую пропаганду, проводимую через систему воспитания,

профессионального образования, массовых коммуникаций, общественной и производственной рекламы, массовой культуры, массового общения.

П.Б. Волков, Э.Н. Нурмагомедова [14] в своей работе отмечают, что значимость человеческого фактора в управлениях мотивирования студентов к подготовке и сдаче норм ГТО, ориентирована на процесс учебно-воспитательный и учебно-тренировочный, которые в свою очередь будут влиять через оценку физической подготовки при сдаче норм ГТО.

Так же не стоит исключать, что ведущим фактором успешности новой парадигмы физического воспитания молодежи является его либерализация, которая предусматривает свободу выбора студентами форм занятий, их режима и интенсивности и проявляется в общественной роли студенческого спортивного клуба.

Надо отметить, что В.Д. Иванов и А.Д. Горбачева [28] подчеркивает, что принудительная сдача нормативов ГТО лишает всякого смысла и значимости, так как добровольная и осознанная сдача нормативов, с последующим получением знака отличия в качестве награды, за приложенные усилия, имеет огромное значение в формировании патриотического, духовно-нравственного и физического воспитания населения.

Исследования последних лет говорят, что система внедрения комплекса ГТО в студенческую среду изучается в основном с позиции привлечения студентов к систематическим занятиям физической культуры и разработки системы стимулирования (для просто сдачи) и поощрений при выполнении нормативов ВФСК ГТО (на знаки отличия) [33, С. 69-71].

Особенно важным комплекс ГТО является для студентов, им важно понять, что благодаря этому комплексу можно улучшить свое здоровье, повышать свою работоспособность, быть в хорошем настроении, выполняя упражнения, которые входят в комплекс ГТО. Как показывает статистика, на сегодняшний день в высшие учебные заведения поступают студенты с различными заболеваниями. Если в высших учебных заведениях

организовывать занятия с введением ГТО, то это будет способствовать, повышению мотивации студентов в дальнейшем пойти и попробовать сдать нормы ГТО, а также будет вырабатывать привычку к регулярным занятиям физическим воспитанием [42, С. 97-99]. Также отмечается тенденция в высших учебных заведениях поощрять студентов, получивших знаки отличия, повышенным размером стипендии. Такой подход является эффективным для повышения мотивации у студентов к сдаче нормативов ГТО.

В заключение можно сказать, что строя занятия физической культурой в высших учебных заведениях и внедряя упражнения с комплекса ГТО, у студентов появляется время, чтобы подготовиться к сдаче нормативов, также они получают определенную цель для занятия спортом. Так сложилось, что молодежь сегодня видит время как бесконечность, что они всегда будут молодые и здоровые, поэтому необязательно заниматься спортом, совершенствоваться. Но если замотивировать студентов на определенную конечную цель – сдача нормативов ГТО, то можно дать понять, для чего нужно заниматься и чего можно добиться, готовясь к сдаче нормативов ГТО. Некоторые молодые люди, поставив перед собой цель – сдать нормы ГТО, могут начать заниматься спортом, данный стимул может способствовать «вхождению в спорт», а возможно, и найти себя в нем. Главное, если у студентов появилась новая цель – сдать нормативы ГТО, важно им в этом помочь. Высшие учебные заведения должны создавать соответствующие условия для подготовки студентов, чтобы во время учебы перед студентом не было подобных вопросов: «А в каком месте я бы смог заниматься?». Занимаясь физическими упражнениями, молодые люди укрепляют свое тело и дух, сил воли [24, С. 61-65].

Выводы по 1 главе

В настоящее время вопросам внедрения ВФСК «ГТО» уделяется много внимания, данная программа с каждым годом становится более актуальной, население страны пробует сдавать нормативы комплекса. Важной задачей в

данной области является то, что нужно найти такие подходы, которые смогли бы поспособствовать популярности выполнения нормативов ГТО среди студенческой молодежи. Комплекс ГТО понимается как программа физической подготовки, которая существовала не только в общеобразовательных, но и в спортивных, профильных, профессиональных организациях Советского Союза.

Особенно важно внедрять комплекс ГТО среди студентов, так как в настоящее время многие студенты обладают слабым иммунитетом, болеют различными заболеваниями. Студентам высших учебных заведений важно понять, что благодаря комплексу ГТО можно улучшить свое здоровье, повышать свою работоспособность, быть в хорошем настроении, выполняя упражнения, которые входят в комплекс ГТО.

Методика внедрения комплекса ГТО включает разработку нормативных документов, выполнение плана мероприятий, разработанных Правительством Российской Федерации, создание тестирующих центров, организацию тестирования в соревновательных условиях, моральное и материальное стимулирование выполнивших нормативы ГТО (вручение знаков, учет наличия знака ГТО при поступлении в учебное заведение, назначение повышенной стипендии при наличии золотого знака).

Также в настоящее время уделяется большое внимание строительству спортивных площадок для занятия спортом, благодаря которым население может готовиться к выполнению нормативов комплекса ГТО рядом с домом. Государство не ставит цель воспитать всех людей чемпионами, цель заключается в том, чтобы происходило оздоровление нации, люди все чаще занимались физическими упражнениями.

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2020 году должна достигнуть 40%, а среди

обучающихся – 80%. Поэтому необходимо создать современную и эффективную государственную систему физического воспитания молодежи. Её системообразующим элементом призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.

Таким образом, если в высших учебных заведениях организовывать занятия с введением ГТО, то это будет способствовать, повышению мотивации студентов в дальнейшем выполнить нормы ГТО, а также будет вырабатывать привычку к регулярным занятиям физической культурой. Строя занятия физической культурой в высших учебных заведениях и внедряя упражнения с комплекса ГТО, у студентов появляется время, чтобы подготовиться к выполнению нормативов, также они получают определенную цель для занятия спортом. Высшие учебные заведения должны строить занятия физической культурой таким образом, чтобы у студентов были все условия для подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО».

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

На каждом этапе работы, в зависимости от задач и целей исследования, были использованы теоретические и эмпирические методы исследования:

1. Теоретический анализ и обобщение научной и учебно-методической литературы по проблеме исследования.
2. Анкетирование.
3. Педагогический эксперимент.
4. Метод математической статистики.

Подобранные методы исследования в полной мере отражают задачи магистерской работы. Основная цель исследования заключается в формировании мотивации у студентов 2 курса Института Психологии и Педагогики Тюменского государственного университета к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Изучая мотивы, побуждающие студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО», подбирая комплекс педагогических методов, которые обеспечивают повышение заинтересованности студентов к сдаче нормативов ГТО, можно повысить популяризацию комплекса ГТО, с последующим повышением прироста числа сдающих на золотые, серебряные и бронзовые знаки отличия. Перечисленные выше методы позволяют всецело изучить данную тематику исследования.

К основным методам исследования можно отнести: анкетирование и педагогический эксперимент. Благодаря методу анкетирования можно понять, как студенты относятся к сдаче нормативов ГТО, какие мотивы являются главными при сдаче норм ГТО и с помощью полученных данных можно разработать педагогические методы, которые способствуют повышению мотивации студентов к сдаче нормативов ГТО. На основе данных метода анкетирования строится педагогический эксперимент, выводы диссертации опираются на его результат. Эксперимент был направлен на изучение и формирование мотивации студентов Тюменского

государственного университета к сдаче нормативов ГТО, с целью повысить заинтересованность студентов к сдаче нормативов ВФСК «ГТО».

Теоретический анализ и обобщение научной и учебно-методической литературы по проблеме исследования

Данный метод исследования направлен на изучение теоретических и практических аспектов, связанных с изучением организации физического воспитания и выполнения норм ВФСК «ГТО» в высших учебных заведениях; также были рассмотрены современные подходы к продвижению идей ВФСК «ГТО» в России; проанализированы работы, отражающие особенности мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Анализ литературных источников в процессе исследования позволил конкретизировать цель, задачи, гипотезу, подобрать методы исследования. Всего было изучено и проанализировано более 60 источников литературы, касающихся темы магистерской работы.

Анкетирование

В ходе исследования по проблеме формирования мотивации у студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, позитивного отношения к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», а также формированию мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом, было проведено анкетирование (Приложение 1).

Метод анкетирования позволяет на основе ответов на предложенные вопросы выявить точки зрения, которые имеются у респондентов по теме исследования. В данной работе использовалось анкетирование закрытого типа, респондентам нужно было выбрать ответ (или несколько ответов) из предложенных вариантов. По результатам анкетирования были разработаны педагогические методы, которые направлены на повышение мотивации и

изменению отношения студентов 2 курса Института Психологии и Педагогики ТюмГУ к выполнению норм ВФСК «ГТО».

В анкету были включены вопросы, определяющие отношение студентов к сдаче нормативов ВФСК «ГТО», к определению уровня знаний по ВФСК «ГТО», и по выявлению мотивов, побуждающих студентов сдавать нормативы ВФСК «ГТО».

По выявлению уровня знаний по ВФСК «ГТО» использовался блок вопросов, студентам предлагались такие вопросы как: «Знаете ли Вы, что такое комплекс ГТО?», «Как расшифровывается комплекс «ГТО»?», «Знаете ли Вы, как осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?», «В каком возрастном периоде выполняют комплекс «ГТО»? и др. Данный блок вопросов дает выявить уровень знаний у студентов по теме исследования, благодаря полученным результатам разрабатываются методы, с помощью которых можно повысить осведомленность студентов о комплексе ВФСК «ГТО».

Для определения отношения к выполнению нормативов комплекса ГТО, респондентам нужно было ответить на такие вопросы как: «Каково ваше отношение к выполнению норм ГТО?», «Нужно ли студентам ТюмГУ выполнять комплекс «ГТО»?», «Знаете ли Вы, где осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?» и другие.

Для выявления мотивов, побуждающих студентов сдавать нормативы ВФСК «ГТО» были представлены такие вопросы: «Вы считаете, что выполнение норм ГТО лично для вас — это?», «Что побудило бы Вас начать подготовку к выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО?». Данный блок вопросов дает понять, какие мотивы движут студентами к сдаче комплекса в первую очередь, также на основе полученных данных можно разработать систему мероприятий, которые помогут познакомить, сформировать положительное отношение к физкультурной и спортивной деятельности студентов.

Педагогический эксперимент

Данный метод используется с целью выяснения эффективности применения нового содержания и форм работы, для проверки и обоснования заранее разработанной гипотезы.

Для повышения заинтересованности и популяризации комплекса ГТО студентов Института Психологии и Педагогики Тюменского государственного университета, был проведен педагогический эксперимент.

С целью повышения осведомленности и заинтересованности к сдаче нормативов ГТО, предлагается проведение нескольких теоретических и практических занятий со студентами на базе Института Психологии и Педагогики ТюмГУ. Для проведения эксперимента со студентами 2 курса было организовано 10 лекционных встреч и 2 практических занятия, которые проводились в течение 5 месяцев: с марта 2018 года по октябрь 2018 года.

Метод математической статистики

С помощью метода математической статистики в ходе исследования были обработаны результаты педагогического эксперимента. Математическая статистика применялась для обработки данных, полученных в результате исследования. Определялись такие параметры как:

- М - среднее арифметическое значение,
- σ - среднее квадратическое отклонение,
- m - средняя ошибка средней арифметической,
- t - критерий Стьюдента (коэффициент достоверности различий),
- C - число степеней свободы вариаций,
- P - показатель достоверности.

2.2. Организация исследования

Исследование проводилось с целью изучения мотивов, побуждающих студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО», а также формирование у студентов мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО. Исследование проходило в период с декабря 2017 года по

ноябрь 2018 года, испытуемыми были выбраны студенты 2 курса очной формы обучения направлений: «44.03.01. Педагогическое образование» и «44.03.03. Специальное (дефектологическое) образование» Института Психологии и Педагогике Тюменского государственного университета, количество которых составило 200 человек (30 юношей и 170 девушек). Выбор такого курса обусловлен тем, что все студенты, данных направлений готовятся к педагогической деятельности в образовательных учреждениях и смогут передавать позитивный опыт и отношение к физкультурно-спортивному комплексу «ГТО» своим воспитанникам тем самым вовлекая их в регулярные занятия физической культурой и спортом.

Исследование проводилось поэтапно с декабря 2017 года по ноябрь 2018 года и состояло из трех этапов:

1. Постановочный (декабрь 2017 – январь 2018 гг.) – происходило определение цели и задач исследования, выбор объекта и предмета исследования; выдвижение основной гипотезы исследования; изучение научных работ, основных концепций по теме исследования. Были изучены теоретические и практические аспекты, связанные с изучением организации физического воспитания и выполнения норм ВФСК ГТО в высших учебных заведениях; также были рассмотрены современные подходы к продвижению идей ВФСК «ГТО» в России; проанализированы работы, отражающие особенности мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. Исследовательский (январь 2018 – сентябрь 2018 гг.) – разработка анкетирования для исследования по проблеме формирования мотивации у студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом, а также позитивного отношения к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне". В анкету были включены вопросы, определяющие отношение студентов к сдаче нормативов ВФСК «ГТО», к определению уровня знаний по ВФСК «ГТО», и по выявлению мотивов, побуждающих студентов сдавать нормы ВФСК «ГТО».

На данном этапе произведен первичный анализ по изучению мотивации студентов ТГУ к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Обработка и интерпретация данных. Составление плана и занятий по формированию мотивации студентов Института Психологии и Педагогики ТюмГУ к выполнению нормативов комплекса ГТО. Было организовано 7 лекционных встреч, в течение этих встреч студентам Института Психологии и Педагогики в интересной форме была представлена информация о ВФСК «ГТО», о площадках проведения ВФСК «ГТО». Было также организовано 4 практических занятия в спортивном зале, где студенты выполняли нормативы комплекса ГТО, одно из занятий было составлено как спортивный праздник, другое в соревновательной форме между командами.

Также на исследовательском этапе был проведен формирующий эксперимент по разработанной программе и изучение результатов опытно-экспериментальной работы путем сопоставления данных констатирующего и контрольного обследования.

3. Итоговый (октябрь 2018 – ноябрь 2018 гг.) - аналитическое обобщение полученных экспериментальных данных, математической обработке полученных экспериментальных данных; окончательному изучению и обобщению полученных материалов всего исследования, формированию выводов исследования, обоснованию практической значимости исследования.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Исследование, направленное на изучение мотивации у студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, позитивного отношения к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» проводилось на базе Института Психологии и Педагогики Тюменского государственного университета города Тюмень.

В ходе исследовательской работы проводилось анкетирование, которое определяло отношение студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО»,

определение уровня знаний по ВФСК «ГТО», и по выявлению мотивов, побуждающих студентов сдавать и выполнять нормативы ВФСК «ГТО». В исследовании приняло участие 200 студентов (30 юношей и 170 девушек) 2 курса очной формы обучения.

Анкетирование состояло из вопросов, которые определяли уровень знаний студентов по ВФСК «ГТО», выявляли отношение студентов к сдаче и выполнению нормативов комплекса ГТО, а также на изучение мотивов студентов к выполнению нормативов.

Проанализировав итоги констатирующего эксперимента, была составлена и внедрена в образовательную деятельность программа по формированию мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО. Целью данной программы являлось повышение заинтересованности студентов к сдаче и выполнению нормативов ГТО с последующим повышением прироста числа сдающих комплекс ГТО.

Оценка эффективности работы показала, что большинство студентов стали больше знать информации по ВФСК «ГТО», 100 % студентов знают, что такое ВФСК «ГТО», как расшифровывается данная аббревиатура, они познакомились с историей развития комплекса, более углубленные вопросы не оставляют у студентов сомнения. Можно сделать вывод, что программа по формированию у студентов мотивации к выполнению норм ГТО позволила поднять уровень знаний про ВФСК «ГТО».

Также студенты стали проявлять заинтересованность в выполнении нормативов комплекса ГТО, большой процент студентов считает, что студенты Тюменского государственного университета должны сдавать и выполнять нормы ГТО.

И изучая мотивы, которые побуждают студентов выполнять нормативы ГТО, было выявлено, что после реализации программы у студентов возросли показатели по внутренней мотивации, которые проявляются в стремлении улучшить свое здоровье, улучшить телосложение, стремление развить физические качества.

Таким образом, программа по формированию мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО позволила повысить знания студентов о комплексе ГТО, сформировать положительное отношение к занятиям спортом и сдаче нормативов ВФСК «ГТО», а также повысился процент студентов, которые за время реализации программы пробовали выполнять нормативы ВФСК «ГТО».

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1. Результаты констатирующего эксперимента по выявлению мотивации студентов к сдаче нормативов ВФСК «ГТО»

Исследование, направленное на изучение мотивации у студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, позитивного отношения к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» проводилось на базе Института Психологии и Педагогики Тюменского государственного университета города Тюмень.

На данном этапе исследовательской работы проводилось анкетирование, которое определяло отношение студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО», определение уровня знаний по ВФСК «ГТО», и по выявлению мотивов, побуждающих студентов выполнять нормативы ВФСК «ГТО». в исследовании приняло участие 200 студентов (30 юношей и 170 девушек) 2 курса очной формы обучения.

1. Выявление уровня знаний по ВФСК «ГТО». В анкетировании содержится блок вопросов, которые ориентированы на диагностику знаний студентов в вопросах ВФСК «ГТО». Рассмотрим полученные результаты исследования.

На вопрос о том, знают ли студенты что такое комплекс ГТО, были получены ответы: 90% отметили, что знают, 10% - затрудняются ответить (Рис. 1).



Рисунок 1. Информированность студентов о комплексе ГТО

Как видно из диаграммы, большая часть студентов знают и слышали о комплексе ГТО, такой высокий процент осведомленности говорит о том, что программа ВФСК «ГТО» уже достаточно знакома студентам, растет актуальность возрождения данного комплекса.

На вопрос: «Как расшифровывается комплекс «ГТО?»», были получены следующие ответы: 2,5 % ответили, что это «Государство. Труд. Оборона.», 5% - «Готов Трудиться на Отечество», 92,5 % отметили вариант «Готов к Труду и Обороне» (Рис. 2).



Рисунок 2. Информированность студентов о расшифровке аббревиатуры ГТО

Из полученных данных видно, что не все студенты точно знают определение комплекса ГТО, 7% студентов остаются мало информированными по правильной расшифровке аббревиатуры.

Также, чтобы получить данные о знаниях студентов про ВФСК «ГТО» был задан следующий вопрос: «Знаете ли Вы, как осуществляется прием испытаний ГТО?», были получены следующие ответы: 51% студентов не знают, как происходит прием испытаний комплекса ГТО, 42% студентов знают ответ на данный вопрос и 7% указало, что им это неинтересно (Рис. 3).



Рисунок 3. Информированность студентов об осуществлении приема испытаний комплекса ГТО

Такой большой процент ответов о том, что студенты не знают, как осуществляется прием испытаний комплекса ГТО, говорит о том, что студенты не интересуются данной информацией, они мало информированы из-за того, что не посещают и пробуют себя в сдачи нормативов ВФСК ГТО.

Еще один вопрос, который помогает определить уровень знаний студентов о комплексе ГТО – «В каком возрастном периоде выполняют комплекс ГТО?» студенты дали следующие ответы: 84% опрошенных студентов считают, что нормы ГТО выполняют с 6 лет до 70 лет и старше, 15% выбрали ответ с 10 до 55 лет женщины и до 60 мужчины, а 1% студентов выбрал вариант – без ограничений в возрасте (Рис. 4).



Рисунок 4. Информированность студентов о возрастном периоде выполнения комплекса ГТО

Из полученных данных видно, что 84% знают о том, что ГТО можно выполнять с 6 лет, но 16% всех опрошенных, плохо осведомлены о том, со скольки лет можно выполнять ГТО.

Таким образом, результаты исследования по знаниевому компоненту показали, что не все студенты информированы в вопросах ГТО, практически все знают, что ВФСК ГТО на сегодняшний день вновь распространяется среди населения, но более углубленные вопросы оставляют у студентов сомнения. Поэтому при организации работы со студентами важно подготовить такую информацию, благодаря которой они получают больше знаний про ВФСК «ГТО».

2. Выявление отношений студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО. В анкете содержится блок вопросов, который помогает понять, как студенты относятся к выполнению нормативов ГТО. Респондентам нужно было ответить на такие вопросы как: «Каково ваше отношение к выполнению норм ГТО?», «Нужно ли студентам ТюмГУ выполнять комплекс «ГТО»?», «Знаете ли Вы, где осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?» и другие. Рассмотрим полученные результаты исследования.

На вопрос об отношении студентов к выполнению нормативов ГТО были получены следующие суждения: 89% студентов относится к выполнению нормативов положительно, 5% - отрицательно и 6% проявили нейтральную позицию (Рис. 5).



Рисунок 5. Отношение студентов к выполнению нормативов ГТО

На вопрос: «Нужно ли студентам ТюмГУ выполнять комплекс ГТО» опрошиваемые студенты дали следующие ответы: 79% опрошенных считают, что студенты должны выполнять комплекс ГТО, 10% выбрали ответ «Нет», а 11% считают, что комплекс ГТО должны выполнять по желанию (Рис. 6).



Рисунок 6. Отношение студентов ТюмГУ к выполнению нормативов ГТО

По результатам проведенной диагностики можно сделать вывод, что большинство опрошенных студентов считают, что студентам ТюмГУ нужно выполнять нормативы ГТО, это говорит о том, что студенты не относятся к данной программе негативно, а наоборот, готовы выполнять нормативы в стенах своего университета. Также студенты предложили идею, чтобы коллективно от своего института выезжать и выполнять нормативы ВФСК «ГТО». Но 21% опрошенных не считает, что студентам нужно сдавать нормативы.

Также студентам был предложен следующий вопрос: «Знаете ли Вы, где осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?», были получены следующие данные: 66% студентов не знают в каких местах можно выполнять нормативы комплекса ГТО, 26% опрошенных студентов владеют информацией о местах приема комплекса, 8 % мало информированы в данном вопросе. (Рис. 7).



Рисунок 7. Информированность студентов о месте приема испытаний комплекса ГТО

Данный вопрос дает понять, какое отношение у студентов к выполнению ВФСК «ГТО», так большой процент ответов показывает, что студенты не владеют информацией о местах проведения ВФСК «ГТО», то

это говорит о том, что они не интересуются данным вопросом, никогда не посещали места выполнения нормативов.

3. Изучение мотивов у студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО. При анкетировании, студентам нужно было выбрать варианты ответов на предложенные вопросы, благодаря выбору ответов, можно узнать какой мотив движет студентами при выполнении нормативов ВФСК «ГТО». Рассмотрим полученные ответы.

На вопрос: «Выполняли ли Вы нормы ВФСК «ГТО?»», студенты ответили следующим образом: 42% опрошенных сдавали нормативы, 58% не пробовали сдать нормативы (Рис. 8).



Рисунок 8. Выполнение нормативов ВФСК ГТО студентами

По результатам ответа на данный вопрос, можно увидеть, что больше половины студентов ни разу не пробовали выполнять нормативы ГТО, возможно такой большой процент студентов выявлен из-за того, что студенты мало информированы о местах проведения ВФСК ГТО, из-за низкой мотивации к выполнению норм ГТО, и отрицательному отношению к спорту.

Для дальнейшего изучения мотивов студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, в анкетировании был представлен следующий вопрос: «Вы считаете, что выполнение норм ГТО лично для вас – это?». Были получены следующие варианты ответов: укрепление здоровья – 7,5%,

дополнительное преимущество при поступлении в вуз – 10%, возможность получить знак отличия – 25%, возможность добиться спортивных успехов – 45%, ничего не значит – 7,5% (Рис. 9).

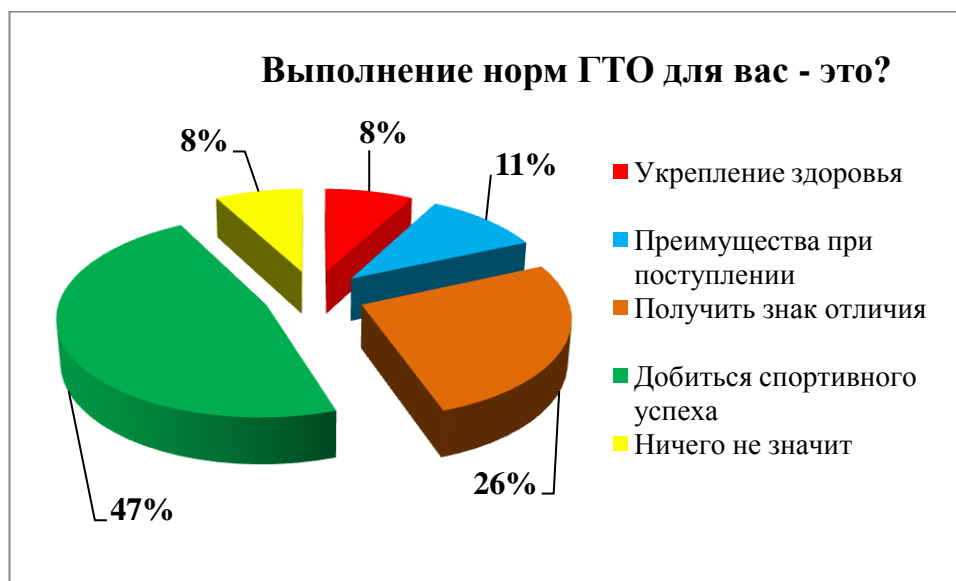


Рисунок 9. Личное отношение к сдаче норм ГТО у студентов

По результатам ответов на данный вопрос можно увидеть, что большой процент студентов считает, что для них выполнение норм ГТО – это спортивный успех. Также некоторый процент студентов желали бы выполнить нормы ГТО и получить знак отличия.

Для выявления мотивов студентов к выполнению норм ГТО был предложен вопрос: «Что побудило бы Вас начать подготовку к выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО?». Отметим, что при выборе вариантов ответов, студентам можно было выбирать несколько вариантов ответов. Самым распространенным мотивом было материальное стимулирование – 170 раз выбрали данный вариант ответов, следующий мотив – стремление улучшить здоровье и получать дополнительные баллы при выполнении на знак отличия – 150 человек выбрали такие ответы, вариант – возможность не ходить на занятия физической культурой, при условии сдачи на золотой знак отличия отметили 100 раз, стремление испытать себя – 52 отметки (Рис. 10).

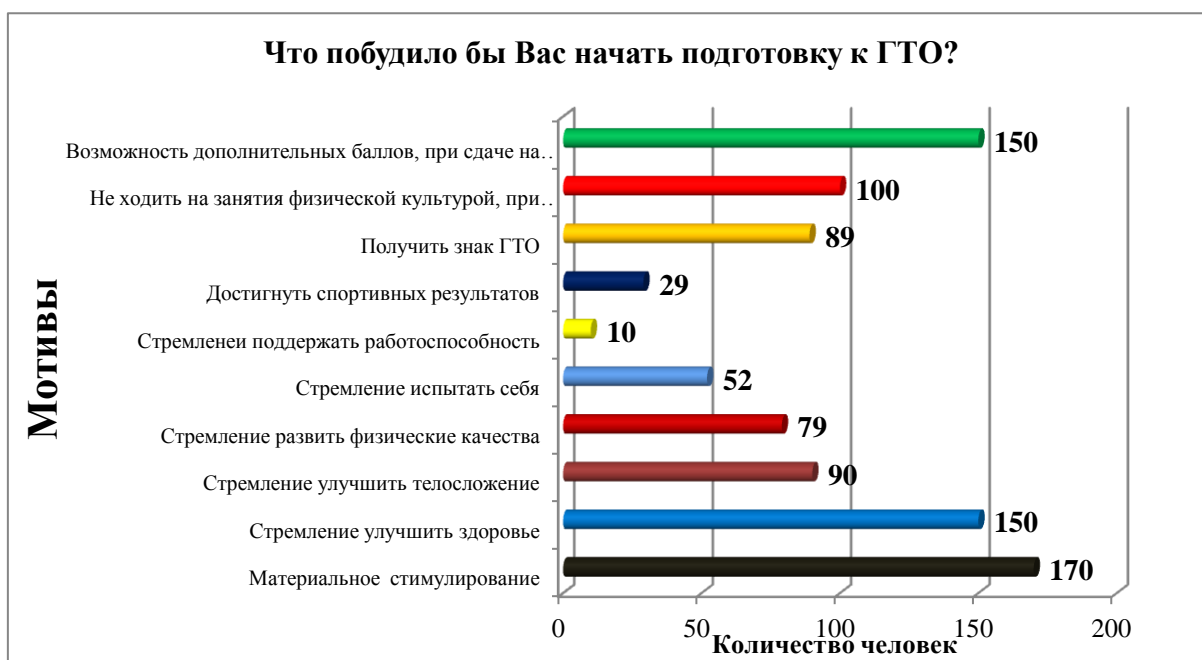


Рисунок 10. Мотивы студентов к выполнению норм ВФСК ГТО

По полученным данным анкетирования, можно увидеть, что не выявлено явное преобладание одного конкретного мотива, это свидетельствует о том, что студентами движет сразу несколько мотивов к сдаче норм ВФСК ГТО. Как видно на рисунке 10, чуть больше представлен материальный мотив, студенты желают получать финансовое вознаграждение от университета за успешное выполнение нормативов. Мотив улучшить свое здоровье также преобладает среди всех мотивов. В целом можно отметить, что мотивы предложенные студентами в основном относятся к внешней мотивации личности и проявляются в получении вознаграждения и получения дополнительных баллов по предметам. Как видно из результатов проведенного исследования внутренние мотивы студентов (достичь спортивных результатов, стремление развить физические качества, поддержать работоспособность) оказались выделены меньше всего.

На основе полученных диагностических данных, будет разработан комплекс мероприятий, который будет направлен на формирование мотивации студентов Института Психологии и Педагогики ТюмГУ к выполнению нормативов комплекса ГТО. Было выявлено, что большинство

студентов (90%) слышали о ВФСК «ГТО», но только 42% студентов пробовали сдавать нормы ГТО.

3.2. Организация работы по формированию мотивации студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО

Подводя итог проведенного анкетирования среди опрошенных студентов 2 курса очной формы обучения направлений: «44.03.01. Педагогическое образование» и «44.03.03. Специальное (дефектологическое) образование» Института Психологии и Педагогики Тюменского государственного университета, количество которых составило 200 человек (юноши и девушки), можно отметить, что отношение студентов к ВФСК ГТО положительное, но они мало информированы и мотивированы на выполнение нормативов, в связи с этим, необходимо проработать программу, благодаря которой студенты заинтересуются выполнением норм комплекса ГТО.

На основе полученных диагностических данных, была составлена программа по формированию мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО в рамках реализации дисциплины «Физическая культура» у студентов, принимавших участие в эксперименте.

Предлагается внедрить лекционные и практические занятия, временной период с февраля по октябрь 2018 года.

Целью данной программы является повысить заинтересованность студентов к выполнению нормативов ГТО с последующим повышением прироста числа сдающих комплекс ГТО.

Задачи программы:

1. Повысить уровень знаний у студентов Института Психологии и Педагогики о комплексе ГТО.
2. Сформировать положительное отношение у студентов к регулярным занятиям физической культурой и здоровому образу жизни.
3. Формировать готовность студентов к выполнению норм ВФСК ГТО.

Принципы, на которые опирается программа:

1. Непрерывность и преемственность – работа построена таким образом, что со студентами проводится занятие 2-3 раза в месяц.
2. Сознательность и активность – студенты Института Психологии и Педагогики являются непосредственными участниками лекционных и практических занятия проводятся в интерактивной форме студенты могут задавать различные вопросы и участвовать в обсуждении.
3. Систематичность и последовательность– проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков. От незнания к знанию
4. Доступность – у студентов должен быть сформированы представления о физической культуре, знание основных терминов и понятий.

Таблица 3.

План программы по формированию мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО в рамках реализации дисциплины «Физическая культура» у студентов

| № п/п | Тема | Период | Время |
|-------|--|--------------|----------|
| 1 | Лекционное занятие по теме «История возникновения ВФСК ГТО. Развитие ВФСК ГТО в Тюменской области» | Февраль 2018 | 20 минут |
| 2 | Лекционное занятие по теме: «Площадки проведения ВФСК ГТО в Тюмени» | Февраль 2018 | 10 минут |
| 3 | Лекционное занятие «Нормативы комплекса ГТО» | Март 2018 | 15 минут |
| 4 | Практическое занятие: «Выполнение нормативов ГТО – шаг в будущее» | Март 2018 | 30 минут |
| 5 | Лекционное занятие «ГТО – путь к успеху» | Апрель 2018 | 10 минут |
| 6 | Практическое занятие: Подготовка к отдельным испытаниям ГТО | Апрель 2018 | 50 минут |
| 7 | Лекционное занятие на тему: «Как самостоятельно готовиться к выполнению норм комплекса ГТО?» | Май 2018 | 15 минут |

| | | | |
|----|---|---------------|----------|
| 8 | Лекционное занятие: «ГТО для укрепления здоровья» | Сентябрь 2018 | 15 минут |
| 9 | Практическое занятие: «Спортивное состязание» | Сентябрь 2018 | 50 минут |
| 10 | Лекционное занятие по теме: «Зачем выполнять ГТО в XXI веке?» | Октябрь 2018 | 15 минут |
| 11 | Практическое занятие: «Выполнение нормативов ГТО» | Октябрь 2018 | 50 минут |

Содержание программы

1. Лекционное занятие по теме: «История возникновения ВФСК ГТО. Развитие ВФСК ГТО в Тюменской области»

История зарождения комплекса ГТО в России, цель программы. Первые результаты внедрения комплекса в России. Развитие ВФСК ГТО в Тюменской области, динамика выполнения норм ГТО в Тюмени.

2. Лекционное занятие по теме: «Площадки проведения ВФСК ГТО в Тюмени»

Сколько центров в Тюмени принимают нормы ГТО. Как происходит работа по проведению ВФСК ГТО.

3. Лекционное занятие «Нормативы комплекса ГТО»

Ступени комплекса ГТО. Нормативы, которые нужно выполнить для получения знаков отличия.

4. Практическое занятие: «Выполнение нормативов ГТО - шаг в будущее»

Первая попытка выполнить нормативы ГТО. Разобрать технику выполнения нормативов. Рассмотреть оставшиеся нормативы, которые не выполнили на практическом занятии.

5. Лекционное занятие «ГТО – путь к успеху»

Успешный человек, – какой он? ГТО – как мотивация на успех.

6. Практическое занятие: Подготовка к отдельным испытаниям ГТО

7. Лекционное занятие на тему: «Как самостоятельно готовиться к выполнению норм комплекса ГТО?»

Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО самостоятельно. Правила при самостоятельной подготовке. Наличие правильно подобранной одежды по сезонам. Правила занятий в холодный период. Организовать компанию для выполнения ГТО – совсем не сложно.

8. Лекционное занятие: «ГТО для укрепления здоровья»

Как быть здоровым и успешным. ГТО в массы. Целеустремленность – важная черта успеха.

9. Практическое занятие: «Спортивное состязание»

Командное состязание, выполнение нормативов ГТО в соревновательной форме.

10. Лекционное занятие по теме: «Зачем выполнять ГТО в XXI веке?»

Попробуй свои силы. Получи знак. Будь успешным и целеустремленным. Достигни результата.

11. Практическое занятие: «Выполнение нормативов ГТО»

Выполнение некоторых нормативов ГТО. Динамика изменений у студентов в различных нормативах. Подготовка к выполнению ВФСК ГТО.

Внедрение программы позволит сформировать мотивацию к выполнению нормативов ГТО, улучшить отношение к ведению здорового образа жизни и позитивного отношения к ВФСК ГТО.

Таким образом мы создали ситуацию успеха, за счет целенаправленного развития физических качеств и подготовке к отдельным испытаниям ВФСК ГТО.

3.3. Результаты исследования по формированию мотивации у студенческой молодежи к выполнению нормативов ВФСК «ГТО»

Работа по выявлению отношения студентов к выполнению нормативов ВФСК «ГТО», к определению уровня знаний по ВФСК «ГТО», и по выявлению мотивов, побуждающих студентов сдавать и выполнять

нормативы ВФСК «ГТО» проводилась в период с февраля 2018 года по октябрь 2018 года. В результате разработанной программы у студентов Института Психологии и Педагогике ТюмГУ формировалась мотивация и положительное отношение к выполнению нормативов ГТО. В процессе формирующего эксперимента формирование мотивации студентов к выполнению нормативов ГТО проходило с учетом выделенного времени и разработанной программы.

Для проведения итогового диагностического исследования среди студентов 2 курса, а при проведении вторичного исследования данная группа стали студентами 3 курса, количество которых составило 200 человек (юноши и девушки), было проведено анкетирование. Рассмотрим результаты проведенного вторичного анкетирования.

1. Результаты по выявлению уровня знаний студентов про программу ВФСК «ГТО». Результаты анкетирования по вопросу: «Знают ли студенты, что такое комплекс ГТО» (Рис. 11)

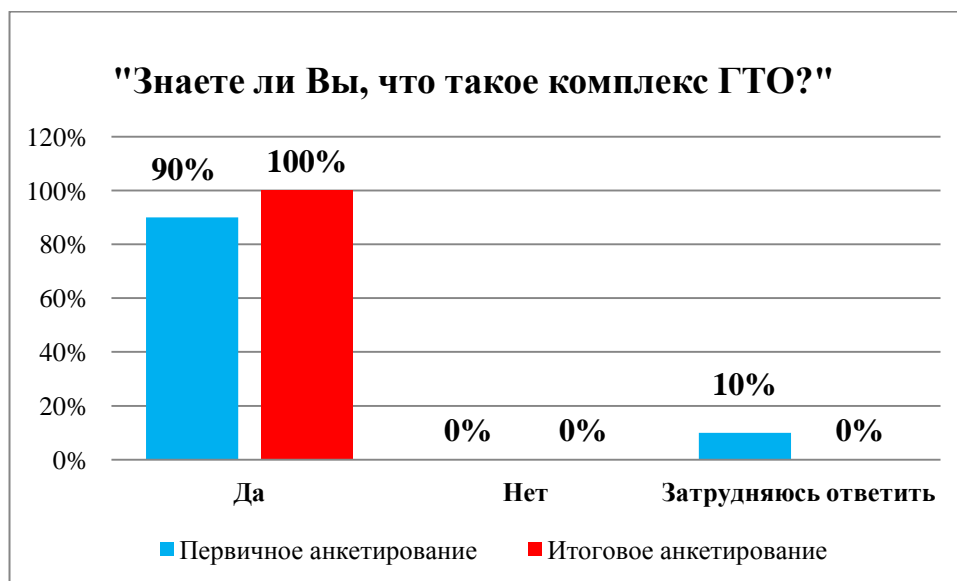


Рисунок 11. Информированность студентов о комплексе ГТО

По результатам итогового анкетирования на вопрос: «Знаете ли Вы, что такое комплекс ГТО?» все студенты знают о комплексе, благодаря участию в разработанной программе студенты получили подробную информацию о ВФСК «ГТО».

Результаты вторичного анкетирования на вопрос: «Как расшифровывается комплекс «ГТО?» представлены на рисунке 12.

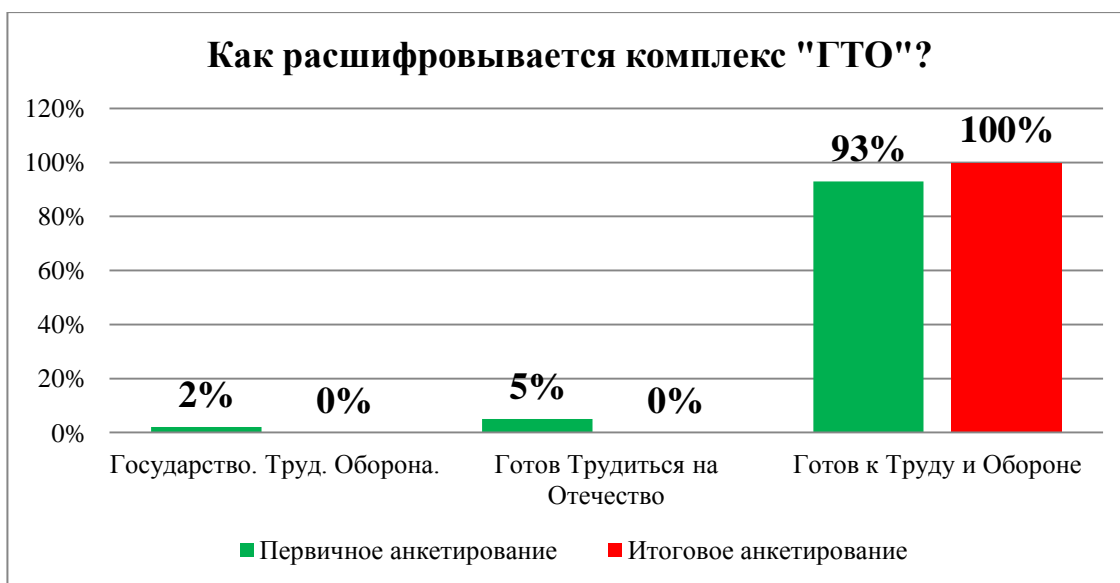


Рисунок 12. Информированность студентов о расшифровке аббревиатуры ГТО

Из полученных данных видно, что все студенты точно смогли дать правильную расшифровку аббревиатуры «ГТО». Во время формирующего эксперимента, студенты на многих лекциях слушали, что такое «ГТО», как расшифровывается данное понятие, благодаря этому все студенты стали информированными по правильной расшифровке аббревиатуры.

На вопрос «Знаете ли Вы, как осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?» были получены следующие результаты, которые представлены на рисунке 13.



Рисунок 13. Информированность студентов об осуществлении приема испытаний комплекса ГТО

По результатам ответа на данный вопрос, можно увидеть, что увеличился процент студентов, которые стали информированы по вопросам приема испытаний комплекса ГТО, данный показатель дает понять, что студенты стали более заинтересованы и информированы в данной области, также уменьшился процент тех студентов, которые не знают, как проходит прием испытаний.

Результаты ответов на вопрос, «В каком возрастном периоде сдают комплекс ГТО?», представлены на рисунке 14.

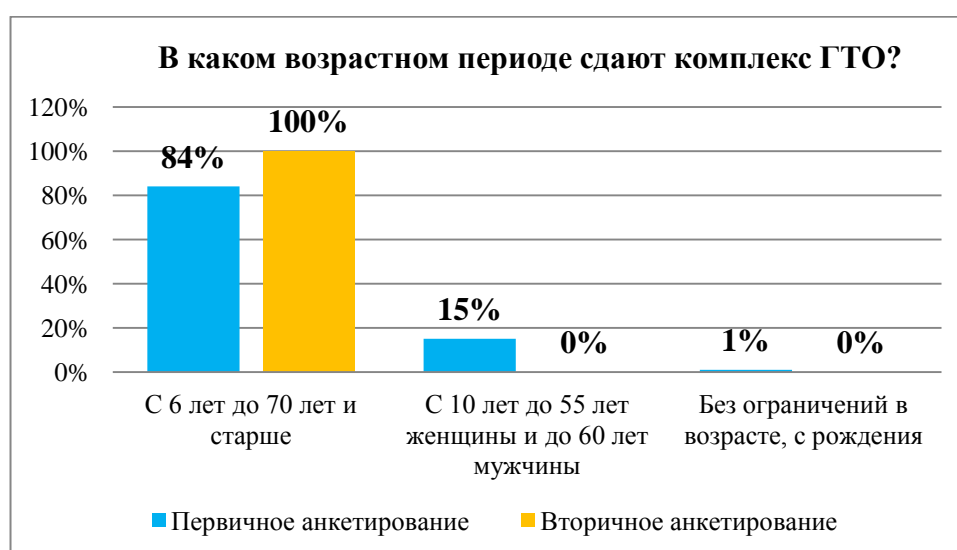


Рисунок 14. Информированность студентов о возрастном периоде сдачи комплекса ГТО

Из полученных данных видно, что после прослушанных лекций о ВФСК «ГТО» все студенты стали знать, что нормы ГТО можно сдавать с 6 лет до 70 и старше. Высокий процент ответа на данный вопрос также дает понять, что студенты стали более информированы в данной области вопросов.

Таким образом, результаты исследования по выявлению уровня знаний про программу ВФСК «ГТО» показали, что большинство студентов стали больше знать информации по данной теме, 100 % студентов знают, что такое ВФСК «ГТО», как расшифровывается данная аббревиатура, более углубленные вопросы не оставляют у студентов сомнения. Можно сделать вывод, что программа по формированию у студентов мотивации к выполнению норм ГТО позволила поднять уровень знаний про ВФСК «ГТО».

2. Результаты исследования по выявлению отношений студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО. Рассмотрим полученные результаты исследования.

Результаты ответа на вопрос «Каково Ваше отношение к выполнению нормативов ГТО?» были получены следующие ответы (Рис. 15).

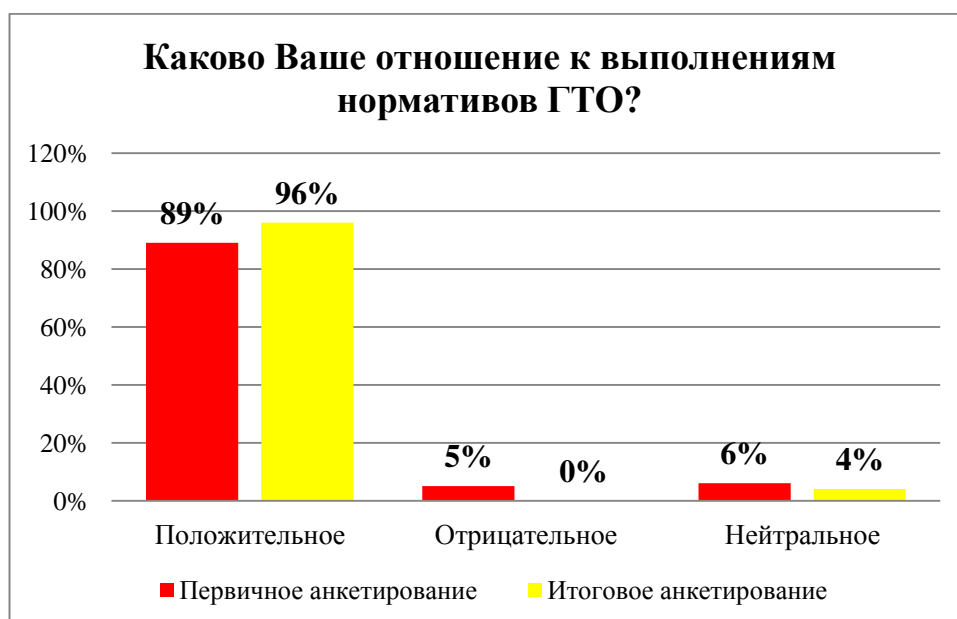


Рисунок 15. Отношение студентов к выполнению нормативов ГТО

Из полученных данных видно, что 96 % студентов стали положительно относиться к выполнению нормативов ГТО, 0 % - отрицательно и только 4 %

проявили безразличное отношение к выполнению нормативов ГТО. Таким образом, можно увидеть то, что в ходе реализации программы по формированию у студентов мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО, увеличился процент тех студентов, кто стал позитивно относиться к выполнению комплекса.

Результаты вторичного анкетирования на вопрос «Нужно ли студентам ТюмГУ выполнять комплекс ГТО?» представлены на рисунке 16.

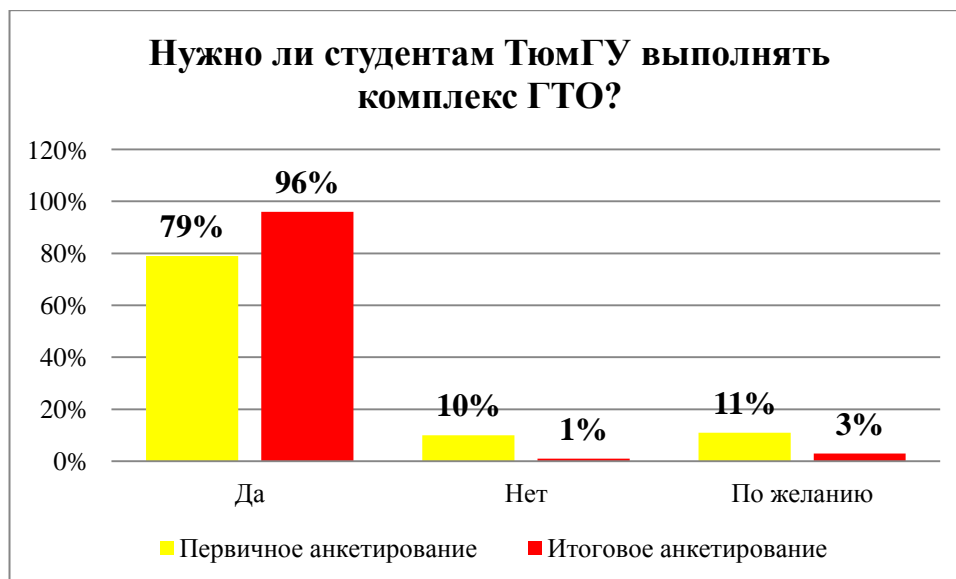


Рисунок 16. Отношение студентов к выполнению нормативов ГТО

По результатам проведенной диагностики можно увидеть, что большинство студентов считают, что нужно выполнять нормативы ГТО, это говорит о том, что в ходе реализации программы удалось повысить отношение студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, но 3 % студентов считают, что нужно выполнять нормы ГТО по желанию.

Результаты ответов на вопрос «Знаете ли Вы, где осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?» были получены следующие данные (Рис. 17).



**Рисунок 17. Информированность студентов о месте приема
испытаний комплекса ГТО**

По результатам ответа на поставленный вопрос видно, что студенты стали знать в каких местах сдают нормативы ГТО, 19 % все также остались малоинформированы в этом вопросе. Данный вопрос показывает отношение студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, чем больше студент проинформирован о местах сдачи норм ГТО, тем больше видно его отношение к тому, что он интересуется, где он может выполнить нормативы и в какое время.

Таким образом, по результатам исследования, которое было направлено на выявление отношения студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО, можно увидеть, что возрос процент студентов, которые стали проявлять заинтересованность в выполнении нормативов комплекса ГТО, большой процент студентов считает, что студенты Тюменского государственного университета должны выполнять нормы ГТО.

3. Результаты исследования по изучению мотивов у студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Результаты ответов на вопрос «Сдавали ли Вы нормы ВФСК ГТО?» представлены на рисунке 18.

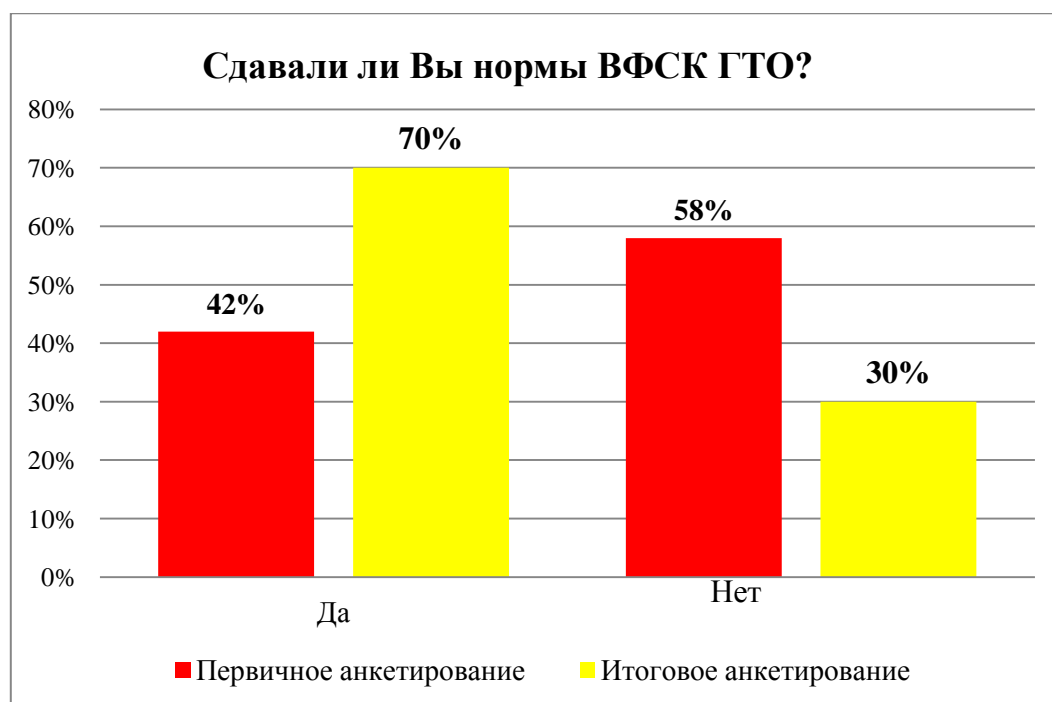


Рисунок 18. Сдача нормативов ВФСК ГТО студентами

По результатам итогового анкетирования можно увидеть, что увеличился процент студентов, которые пробовали выполнять нормативы ВФСК ГТО. Это говорит о том, что в результате разработанной и проведенной программы по формированию мотивации у студентов к выполнению нормативов ГТО студенты стали более замотивированы на сдачу и выполнение комплекса, улучшилось отношение к спорту и физическим упражнениям.

Для изучения мотивов студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО был задан следующий вопрос: «Вы считаете, что выполнение норм ГТО лично для вас – это?» (Рис. 19).

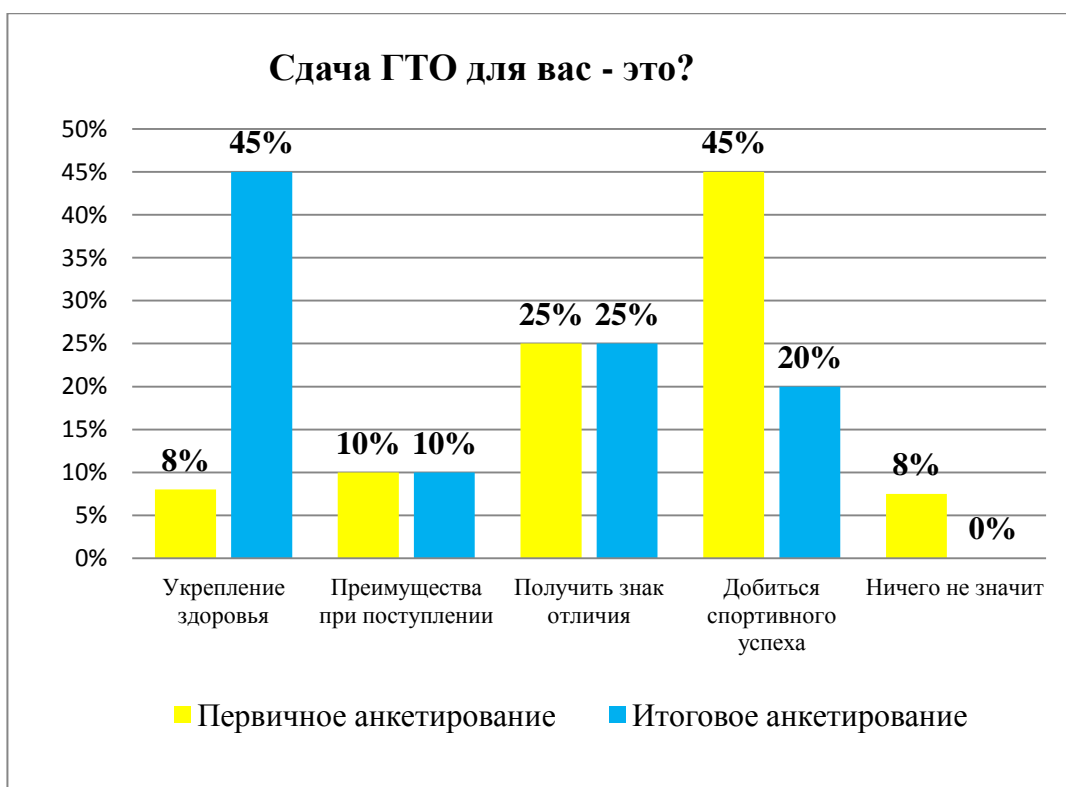


Рисунок 19. Личное отношение к выполнению норм ГТО у студентов

По результатам итогового исследования можно увидеть, что вырос показатель «укрепление здоровья» на 37%, студенты стали видеть программу ГТО как путь к улучшению и укреплению своего здоровья. Все также не изменились показатели по ответам «преимущества при поступлении» и «получить знак отличия». Также уменьшился показатель на 25% по ответу «добиться спортивных успехов», студенты стали больше понимать, что подготовка к выполнению нормативов комплекса ведет к улучшению здоровья, а уже потом, когда ты подготовлен, можешь добиваться больших спортивных успехов и выполнять нормативы на знаки отличия.

Результаты итогового анкетирования студентов по вопросу «Что побудило бы Вас начать подготовку к выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО?» представлены на рисунке 20. Варианты выбора ответов были не ограничены.

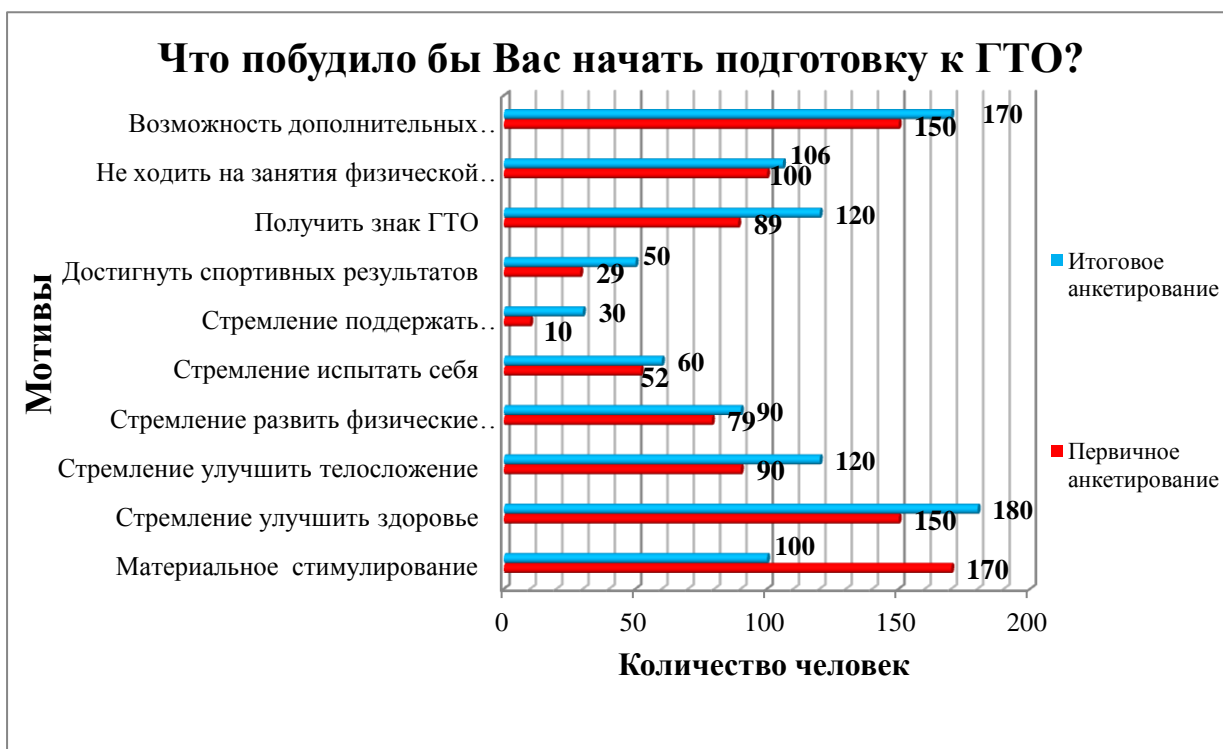


Рисунок 20. Мотивы студентов к выполнению норм ВФСК ГТО

После реализации программы по повышению мотивации студентов к сдаче нормативов комплекса ГТО, по формированию положительного отношения к сдаче нормативов ГТО можно увидеть, как изменились мотивы студентов к выполнению норм ВФСК «ГТО».

По полученным данным анкетирования, можно увидеть, что изменились показатели по ответу «Стремление улучшить здоровье» на 30 ответов. Студенты стали видеть в сдаче ГТО путь к улучшению и совершенствованию своего здоровья. Также студентами движет сразу несколько мотивов к сдаче и выполнению норм ВФСК «ГТО», выделяются большие показатели по следующим мотивам: возможность получить дополнительные баллы при выполнении на знак отличия (170), стремление улучшить телосложение (120), получить знак ГТО (120). Уменьшился показатель по материальному стимулированию.

После реализации программы можно отметить, что у студентов возросли показатели по внутренней мотивации, которые проявляются в стремлении улучшить свое здоровье, улучшить телосложение, стремление развить физические качества.

Как показало проведенное исследование в настоящее время вопросам внедрения ВФСК «ГТО» уделяется много внимания, данная программа с каждым годом становится более актуальной, особенно в высших учебных заведениях. Проблема введения норм ГТО в высших учебных заведениях в настоящее время приобретает особое значение. В высших учебных заведениях студенческую молодежь можно подготовить к выполнению норм ГТО во время организации физического воспитания. Разработанная программа может содержать занятия, в которых будут интегрированы нормативы комплекса ГТО, чтобы студенты постепенно могли подготавливаться к выполнению комплекса.

Программа ГТО позволит студентам не только поддерживать физические параметры на должном уровне, но и благотворно повлечет на здоровье студентов, с психологической точки зрения является стимулом к новым достижениям и способом эмоциональной разгрузки. Высшие учебные заведения должны уделять большое внимание формированию мотивации у студентов к выполнению нормативов ГТО. Именно мотив является источником деятельности и выполняет функцию побуждения и смыслообразования.

По итогам констатирующего эксперимента была разработана программа по формированию мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО, основным результатом является то, что студенты станут информированными по вопросам ВФСК «ГТО», возрастет заинтересованность студентов к выполнению нормативов ГТО, повысится процент студентов, которые попробовали сдать комплекс ГТО.

После реализации программы было проведено итоговое диагностическое обследование. По результатам анкетирования было видно, что студенты стали проявлять заинтересованность в выполнении нормативов комплекса ГТО, большой процент студентов считает, что студенты Тюменского государственного университета должны выполнять нормы ГТО.

Изучая мотивы, которые побуждают студентов выполнять нормативы ГТО, было выявлено, что после реализации программы у студентов возросли показатели по внутренней мотивации, которые проявляются в стремлении улучшить свое здоровье, улучшить телосложение, стремление развить физические качества.

Таким образом, в ходе исследования разработанная программа позволила повысить заинтересованность студентов к выполнению норм ГТО, возросла популяризация ВФСК «ГТО» среди студентов, увеличилось число студентов, которые попробовали сдать нормативы ВФСК «ГТО».

ВЫВОДЫ

1. Теоретический анализ доступной научно-методической литературы, изучающей мотивацию студентов при выполнении комплекса ВФСК «ГТО» показал, что в настоящее время вопросам внедрения ВФСК «ГТО» уделяется много внимания, данная программа с каждым годом становится более актуальной, особенно в высших учебных заведениях. Проблема введения норм ГТО в высших учебных заведениях в настоящее время приобретает особое значение. Подготовка к выполнению норм ВФСК ГТО позволит студентам не только поддерживать свою физическую форму на должном уровне, но и благотворно повлечет на здоровье студентов, с психологической точки зрения является стимулом к новым достижениям и способом эмоциональной разгрузки. Высшие учебные заведения должны уделять большое внимание формированию мотивации у студенческой молодежи к выполнению норм ГТО посредством дополнительного информационного сопровождения в рамках учебных и внеучебных занятий.

2. Исследование показало, что за период проведения педагогического эксперимента по реализации программы направленной на формирование мотивации и положительного отношения к выполнению нормативов ГТО в рамках реализации дисциплины «Физическая культура», у студентов увеличилась внутренняя мотивация. Так в частности стремление улучшить свое здоровье увеличилось со 150 до 180 человек, улучшить телосложение с 90 до 120 человек, стремление развить физические качества с 79 до 90 человек.

3. Исследованием установлено, что разработанная программа по формированию мотивации у студентов к выполнению норм ВФСК ГТО включающий в себя теоретические сведения и практические занятия показал свою эффективность, т.к. к концу педагогического эксперимента у студентов повысилась внутренняя мотивация к выполнению данного комплекса, что студенты стали проявлять заинтересованность к выполнению нормативов комплекса ГТО, 96% студентов высказывают свое положительное отношение

к выполнению норм ВФСК ГТО, а более 70% студентов желают получить знак «ГТО» и приступили к выполнению нормативов данного комплекса.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.06.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 13.06.2016) Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
2. Абрамович, Д.В. Занятия физической культурой по месту жительства как фактор влияния на физическую подготовленность детей и подростков при выполнении нормативов комплекса ГТО / Д. В. Абрамович, В. Ю. Лебединский, Э. Г. Шпорин // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №1. - С. 103.
3. Аванесов, В.У. Проблемы и возможности пути развития интересов у детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом / В.У. Аванесов, Т.С. Гришина // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе : сб. науч. статей всерос. науч.-практ. конф. с межд. участием. Воронеж: ИПЦ Научная книга, 2012. – С. 192–198.
4. Аршинник, С. От мониторинга к сдаче норм ГТО / С. Аршинник, В. Тхорев, В. Шиян // Педагогический вестник Кубани. – 2014. – №4. – С.52-53.
5. Бакурова, Т.П. Мотивы студенческой молодежи к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» / Т.П. Бакурова // Научное сообщество студентов XXI столетия. – 2015. – № 4. – С. 28 – 36.
6. Белавенцева, Б.А. ГТО – путь к силе, мужеству, здоровью / сост. Г. Н. Белавенцева; науч. ред. И. Т. Осипов. – М.: Книга, 2000. – 62 с.
7. Берко, Е.Е. Нормы «ГТО» – шаг назад или новый взгляд в будущее? / Е.Е. Берко, Ю.В. Огородникова. – Электрон. журнал. - Сибирский государственный аэрокосмический университет.
8. Бондаренко, И.Г. Определение уровня физической подготовленности студентов: двигательные тесты и метод индексов / И.Г. Бондаренко // Физическое воспитание студентов. – М., 2011. – № 2. – С. 10-13.

9. Бугай, А. Ю. Готовы ли вы к труду и обороне? / А.Ю. Бугай // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)»: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. Екатеринбург. – 2014. – С. 27–30.

10. Ваганова, И.Ю. Проблема изменения федеральных государственных образовательных стандартов в свете внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / И.Ю. Ваганова // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». – 2014. – № 5. – С. 40 – 50.

11. Ванюшкин, В.А. Профессиональная деятельность педагога по физической культуре в рамках внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В.А. Ванюшкин, И.В. Тарасевич // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2014. – 138 с.

12. Васильков, А.А. Теория и методика физического воспитания: учеб. для студентов вузов: / А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008 – 381 с.

13. Виноградов, И.Г. Тренировка студентов с низким уровнем физической подготовленности к сдаче норм ГТО / И.Г. Виноградов, А.В. Токарева – Электрон. журнал. – Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4. – С. 47-51.

14. Волков, П.Б. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству / П.Б. Волков, П. Виноградов. – М.: Спорт, 2016 – 300с.

15. Волынкина, А. В. Модель внедрения ГТО в высшем учебном заведении в Свердловской области: введение поощрений / А. В. Волынкина,

В. А. Шемятихин // Педагогическое образование в России. – 2014. – № 9. – С. 22–25.

16. Воронов, А.Р. Проблемы и перспективы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" в республике Карелия / А. Воронов // Вестник Российского Международного Олимпийского Университета. - 2016. - №2(19). - С. 46-51.

17. Воронов, А.М. V Международный конгресс учителей физической культуры под девизом "ГТО в школу!" / А. М. Воронов // Физическая культура в школе. - 2016. - №2. - С. 31-33.

18. Вяткина, Г. В. Организация самостоятельной работы студентов / Г.В. Вяткина // Аграрное образование и наука. – 2012. – № 2. – С. 20-30.

19. Газовский, Б.М. Организация физического воспитания студентов / Б.М. Газовский, Н.А. Нельга, В.Н. Кряж. – Минск: Высшая школа, 2000. – 96 с.

20. Галагузова, Ю. Н. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО как воспитательная система / Ю. Н. Галагузова, Т. И. Мясникова – Электрон. журнал. – Педагогическое образование в России. – 2014. – № 9. – С. 33-36. Режим доступа: <https://elibrary.ru>

21. Герега, Н.Н. Отношение студентов к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в образовательной организации / Н.Н. Герега, Н.И. Синявский, А.В. Фурсов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта.– 2017. – № 4. – С. 50-52.

22. Дементьев, К.Н Мотивационная обусловленность занятий физической культурой учащейся молодежи. / К.Н. Дементьев // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 11. – С. 33-35.

23. Дубовер, Н.Д. Эволюция концептуальных подходов к пропаганде здорового образа жизни в отечественных СМИ XX – начале веков XXI / Н.Д. Дубовер / Электрон. журнал. – Северо-Кавказский психологический вестник. – 2009. – Т. 7. № 2. – С. 61-65.

24. Дуркин, П.К. Воспитание у школьников интереса к физической культуре / П. К. Дуркин, М. П. Лебедева // Физическая культура в школе. - 2016. - №3. - С. 36-42.
25. Дуркин, П.К. Формирование у школьников интереса к физической культуре: учебное пособие / П.К. Дуркин. –Архангельск: Изд-во Арханг. гос. техн. ун-та, 2012. – 128 с.
26. Душенина, Т. В. Спортивно-технический комплекс «Готов к труду и защите отечества» в Кузбассе: результаты и перспективы / Т.В. Душенина, А.В. Пузынин // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. Екатеринбург, 2014. 2014. С. 40–52.
27. Егорычев, А.О. Анализ показателей, определяющих готовность студентов к выполнению норм комплекса ГТО / А.О. Егорычев, С.П. Мещеряков // Культура физическая и здоровье. – 2016. – № 4 (59). – С. 61-65.
28. Желобкович, М.П. Дифференцированный и индивидуальный подходы к построению и организации физического воспитания студенческой молодежи: учеб. пособие / М.П. Желобкович Т.А., Глазько Р.И., Купчинов С.В. – Минск, 2007. – 112 с.
29. Жораева, О.П. Нормативы комплекса ГТО VI ступени и физическая подготовленность студентов-юношей / О. П. Жораева, В.Г. Королев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - №1. - С. 61-63.
30. Жуйков, В.П. Педагогическое и методическое сопровождение регионального физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» / В.П. Жуйков. – Белгород: БелГУ, 2012. – 235 с.
31. Зуев, В.Н. О конверсии правового вектора в комплекс ГТО для синергетического эффекта отраслевой государственной идеологии 1931-2015 гг / В. Н. Зуев, П. Г. Смирнов // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №5. - С. 46-49.

32. Зуев, В.Н. Эволюционное развитие нормативно-правовой базы физической культуры и спорта в период 1918-1931 гг. в контексте проектирования комплекса ГТО / В. Н. Зуев, П. Г. Смирнов // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №12. – С. 52-55.
33. Иванов, В.Д. ГТО – вчера, ГТО – сегодня, ГТО – завтра / В.Д. Иванов, А.Д. Горбачева // Педагогический опыт: теория, методика, практика. – 2015. – № 4 (5). – С. 495-498.
34. Качановский, А.Ю. Отечественный опыт вовлечения молодежи в массовые занятия физкультурой и спортом / А. Ю. Качановский // Среднее профессиональное образование. – 2012. – №4. – С.60-61.
35. Коган, О.С. Некоторые медико-биологические аспекты перехода к сдаче норм ГТО в общеобразовательных школах / О. С. Коган // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2015. - №1. - С. 11-13.
36. Колунин, Е.Т. Готовность легкоатлетов 9-10 лет к выполнению норм ВФСК ГТО / Е. Т. Колунин, Н. Е. Аксенов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - №1. - С. 38-39.
37. Костикова, Г.В. Реализация комплекса ГТО в общеобразовательных организациях / Г. В. Костикова, С. С. Михайлов, А. С. Фетисов // Физическая культура в школе. - 2016. - №4. - С. 2-8.
38. Кузнецов, В.С. Организационно-методические основы подготовки школьников к сдаче норм комплекса ГТО в стрельбе / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий // Физическая культура в школе. - 2016. - №2. - С.55-63.
39. Куцаев, В.В. Рекомендации студентам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев // Физическая культура в школе. - 2016. - №4. - С. 18-23.
40. Марченко, Г.Л. Научно-педагогические аспекты подготовки и выполнения норм ГТО по туризму / Г. Л. Марченко // Психологические,

педагогические и медико-биологические аспекты теории спортивной тренировки: Сб. науч. тр. / КГИФК. – Краснодар, 2009. – С.26-33

41. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне", 2014.

42. Миронова, О.В. Комплекс ГТО как мобилизационный инструмент капитализации человеческих ресурсов / О. В. Миронова, К.Н. Дементьев, В.И. Григорьев, О.В. Пристав // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 9. – С. 39-42.

43. Мищенко, А.В. Мотивы студенческой молодежи к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» / А.В. Мищенко. – Электрон. журнал. – Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. ХLI междунар. студ. науч.-практ. конф. 2015. – № 4.

44. Назаренко, Л.Д. Формирование культуры здоровья средствами ГТО / Л.Д. Назаренко. – Электрон. журнал. – Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2015. – № 1 (34). – С. 117 – 124.

45. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»: Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 // Справ. правовая система «Консультант Плюс».

46. Официальный сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) <http://www.gto.ru/feedback>.

47. Парфенова, Л.А. Перспективы участия во всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО людей с ограниченными возможностями здоровья / Л. А. Парфенова, И. Н. Тимошина // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №5. - С. 75.

48. Погадаева, А.Я. Внедрение ВФСК ГТО в сельском муниципальном образовании / А. Я. Погадаева, Н. Г. Проскурякова // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №6. - С. 17.

49. Подоляка, А.Е. Мотивация студентов при внедрении комплекса ГТО в высшем учебном заведении /А.Е. Подоляка // Инновационная наука. – 2015. – №6-1. – С. 15-20.

50. Протасова, С.В. Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Урал: гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2014. – 138 с.

51. Пушкарева, И.Н. Мотивация студентов к занятию физической культурой и спортом в процессе реализации комплекса ВФСК ГТО в среднем специальном учебном заведении / И.Н. Пушкарева, Ю.А. Яковлева // Педагогическое образование в России. – 2015. – №12. – С.122 – 129.

52. Пушкарская, Ю.А. Уровень мотивации у студентов вузов к занятиям физической культурой / Ю.А. Пушкарская, Ш.А. Имнаев. – Электрон. журнал. – Медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2017. – №12(2).

53. Разработка веб-портала для подготовки студентов к тестированию по нормам ГТО / Р. С. Наговицын [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №1. - С. 39-42.

54. Ревенко, Е.М. Индивидуальные особенности возрастного развития и мотивация к реализации двигательной активности студентов / Е.М. Ревенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2(144). – С. 205-211.

55. Руденко, Г.В. Организационно-педагогические условия, необходимые для внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания населения России / Г. В. Руденко, А. Э. Болотин // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №7. – С. 97-99.

56. Русинова, М.П. Проблемы эффективной пропаганды ВФСК «ГТО» / М.П. Русинова. – Электрон. журнал. – Педагогическое образование в России. – 2014. - № 9.

57. Садыкова, С.В. Формирование физической культуры личности у учащихся инновационных общеобразовательных школ: дис. ... канд. пед. наук. – Набережные Челны, 2010. – 216 с.

58. Синявский, Н.И. Готовность выпускников образовательных школ г. Сургута к выполнению норм комплекса ГТО / Н. И. Синявский, А. В. Фурсов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - №3. - С. 12-13.

59. Смирнов, В.М. Физиология физического воспитания и спорта [Текст] / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. – М.: Владос-Пресс, 2010. – 608с.

60. Спириин, В.К. Методика подготовки студентов к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. К. Спириин // Физическая культура в школе. - 2015. - №6. - С. 24-29.

61. Спириин, В.К. Направляющее начало контрольно-тестирующей функции комплекса ГТО в организации профессиональной деятельности учителя физической культуры / В. К. Спириин // Теория и практика физической культуры. - 2015. - №6. - С. 36-38.

62. Спириин, В.К. Нормативная база всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в качестве условия обоснования технологии подготовки и организации сдачи норм ГТО / В. К. Спириин, В. А. Багина, А.А. Степанов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2015. - №1. - С. 2-6.

63. Тагильцева, Ю.Р. «К труду и обороне будь готов!», или пропаганда как основная система распространения знаний ГТО / Ю.Р. Тагильцева //Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. - Екатеринбург, 2014. – С. 120-125.

64. Титушина, Н.В. Факторы, определяющие необходимость внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания

населения России / Н.В. Титушина // Ученые записки им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 7 (113). – С. 168-170

65. Уваров, В.В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Документы и методические материалы / В.В. Уваров. – М.:Спорт, 2016 – 208 с.

66. Филатов, А. В. Некоторые вопросы организации и управления системой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в современных условиях / А.В. Филатов // Физическая культура, спорт, туризм: научно-методическое сопровождение. – Пермь, 2014. – С. 328-332

67. Фурсов, А.В. Студенты и их отношение к здоровому образу жизни и выполнению государственных требований комплекса «ГТО» / А.В. Фурсов, Н.И. Синявский, Н.Н. Безноско // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2018. – №2. – С. 58 – 69.

68. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие / Ж.К. Холодов. – М.: Академия, 2009. – 480с.

69. Шатохин, А.Г. Готовность студентов к сдаче норм ВФСК "Готов к труду и обороне" / А. Г. Шатохин, Н. С. Бутыч // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №5. - С. 17.

70. Шеханин, В.И. Комплекс условий формирования физической культуры студента [Текст] / В.И. Шеханин, О.И. Коломок, Л.Б. Андрюшенко // Вестник Российского университета дружбы народов. – 2008. – №1. – С.17 – 25.

71. Шиховцов, Ю.В. Физическая культура и спорт в жизни женщины / Ю.В. Шиховцов, С.Ф. Лучков // Вестник Самарской гос. эконом. Академии. – 2013. – № 5. – С. 309 – 312.

72. Шубина, Н.Г. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: рабочая тетрадь / Н. Г. Шубина, М. С. Шубин. - 2-е изд., перераб. - Краснодар: КГУФКСТ, 2016. - 114 с.

73. Югова, Е. А. Внедрение системы ГТО как фактор развития здоровьесберегающей компетентности / Е.А. Югова// Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 100–103.

Уважаемый студент!

Институт физической культуры Тюменского государственного университета проводит исследования по проблеме формирования мотивации у студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом, а также позитивного отношения к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне".

БУДЕМ ВАМ ПРИЗНАТЕЛЬНЫ ЗА ИСКРЕННИЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ!!!

- 1. Знаете ли Вы, что такое комплекс ГТО?**
 - а). Да
 - б). Нет
 - в). Затрудняюсь ответить
- 2. Каково ваше отношение к выполнению норм ГТО:**
 - а). Положительное;
 - б). Отрицательное;
 - в). Нейтральное.
- 3. Вы считаете, что выполнение норм ГТО лично для вас — это (выбор количества вариантов ответов не ограничен):**
 - а). Укрепление собственного здоровья;
 - б). Дополнительное преимущество при поступлении в вуз;
 - в). Возможность получить знак отличия (значок);
 - г). Возможность добиться спортивных успехов;
 - д). Ничего не значит.
- 4. Как расшифровывается комплекс «ГТО»?**
 - а). «Государство, Труд, Оборона»;
 - б). «Готов трудиться на Отечество»
 - в). «Готов к труду и обороне».

5. Как вы узнали о введении комплекса ГТО (выбор количества вариантов ответов не ограничен):

- а). Из печатных изданий (газеты);
- б). Из телепередач;
- в). Из Интернета;
- г). От преподавателей/тренеров;
- д). От родителей;
- е). От друзей.

6. Цель комплекса «ГТО»?

- а). Увеличение продолжительности жизни населения;
- б). Закаливание организма;
- в). Улучшение досуга всего населения России.

7. Знаете ли Вы, как осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?

- а). Да, знаю.
- б). Не знаю.
- в). Мне это не интересно.

8. Знаете ли Вы, где осуществляется прием испытаний комплекса ГТО?

- а). Да, знаю.
- б). Не знаю.
- в). Мне это не интересно.

9. Знаете ли Вы, где находится ближайший для вас центр тестирования ГТО?

- а). Да, знаю.
- б). Не знаю.
- в). Мне это не интересно.

10. Где Вам было бы удобней готовиться к выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО?

- а). По месту учебы.
- б). По месту жительства.
- в). Самостоятельно

- г). Мне все равно.
- д). Затрудняюсь ответить.
- 11. Что получает в награду студент, успешно выполнивший комплекс «ГТО»?**
- а). Медаль
- б). Знак
- в). Оценку
- 12. В каком возрастном периоде выполняют комплекс «ГТО»?**
- а). С 6 лет до 70 лет и старше
- б). С 10 лет до 55 лет женщины и до 60 лет мужчины
- в). Без ограничений в возрасте, с рождения
- 13. Сколько ступеней включает в себя структура комплекса «ГТО»?**
- а). 8
- б). 11
- в). 15
- 14. Нужно ли студентам ТюмГУ выполнять комплекс «ГТО»?**
- а). Да
- б). Нет
- в). По желанию
- г). Свой вариант _____
- 15. Допускается студент к выполнению комплекса «ГТО»?**
- а). Относящийся к основной медицинской группе
- б). Относящийся к специальной медицинской группе, с согласования врача;
- в). Все студенты.
- 16. Можно ли выполнять комплекс «ГТО» без разминки?**
- а). Затрудняюсь ответить;
- б). Да;
- в). Нет.

- 17. 13 видов испытаний (тестов) в возрастной подгруппе от 18 до 29 лет (VI ступень). Какое количество испытаний комплекса «ГТО» необходимо выполнить обязательно и по выбору?**
- а). 4 обязательных тестов и 3 теста по выбору;
 - б). 5 обязательных тестов и 2 тест по выбору;
 - в). 4 обязательных тестов и 9 тест по выбору;
 - г). 5 обязательных тестов.
- 18. Кто имеет право принимать комплекс «ГТО»?**
- а). Обученный специалист;
 - б). Преподаватель ФК, тренер, инструктор по спорту;
 - в). Любой человек.
- 19. Вы считаете, что выполняют норм ГТО лично для вас — это (выбор количества вариантов ответов не ограничен):**
- а) укрепление собственного здоровья;
 - б) дополнительное преимущество при поступлении в вуз;
 - в) возможность получить знак отличия (значок);
 - г) возможность добиться спортивных успехов;
 - д) ничего не значит.
- 20. Что побудило бы Вас начать подготовку к выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО? (Выбор количества вариантов ответов не ограничен):**
- а). Моральное стимулирование.
 - б). Стремление улучшить здоровье.
 - в). Стремление улучшить телосложение.
 - г). Стремление развить физические качества.
 - д). Стремление испытать себя.
 - е). Стремление поддержать работоспособность.
 - ж). Стремление достигнуть определенных спортивных результатов.
 - з). Стремление получить знак ГТО.
 - и). Возможность не ходить на занятия физической культурой, при условии сдачи на золотой знак отличия
 - к). возможность дополнительных баллов, при сдаче на любой знак отличия