

4. Максименко И.Г. Обоснование методики подготовки 7-9-летних сумоистов с использованием психофизиологических характеристик / И.Г. Максименко, М.В. Ложечка // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 11 (201) – С. 263–269.

#### REFERENCES

1. Koryagina, Yu.V. and Nopin, S.V. (2013), "Hardware-software complexes for the study of psychophysiological characteristics of athletes", *Issues of functional training in high-performance sports*, Vol. 1. No. 1, pp.70–78.
2. Koryagina, Yu.V. and Nopin, S.V. (2013), "Hardware-software package "Sports psychophysiologicalist" (АРК "Sports psychophysiologicalist") No. 2010617789", *Computer programs, Databases, Integrated circuit topologies*, No. 1 part 2., pp.308.
3. Pilyuk, N.N., Zhigailova, L.V., Bryzgalova, A.A. and Tronev, V.V. (2021), "Criteria of technical readiness of highly qualified gymnasts in exercises on uneven bars", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 7 (197), pp. 291–296.
4. Maksimenko, I.G. and Lozhechka, M.V. (2021), "Substantiation of the methodology for training 7-9-year-old sumoists using psychophysiological characteristics", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (201), pp. 263–269.

**Контактная информация:** kovalenko.geck@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 17.03.2023*

**УДК 796.011.3**

### **АНАЛИЗ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ И МЕТОДИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ ГТО В ВУЗАХ**

**Виталий Викторович Бобков**, кандидат педагогических наук, доцент, *Российский государственный университет нефти и газа (национальный исследовательский университет) имени И.М. Губкина, Москва, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Москва*; **Светлана Юрьевна Татарова**, кандидат педагогических наук, доцент, *Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Москва*; доцент, *МИРЭА – Российский технологический университет, Москва*; **Вадим Борисович Татаров**, старший преподаватель, *МИРЭА – Российский технологический университет, г. Москва*; **Нина Сергеевна Яунбаева**, старший преподаватель, *Алексей Алексеевич Роженцев*, доцент, *Башкирский государственный аграрный университет, г. Уфа*

#### **Аннотация**

В статье поднимаются аспекты реализации государственной политики в сфере физической культуры и спорта, а именно в части проведения фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в вузах. Представлен анализ организационных и методических особенностей проведения фестиваля ГТО в вузах. Установлено, что эффективность взаимодействия напрямую кафедры физического воспитания вуза и Центров тестирования ГТО Москомспорта позволяет решить проблему вовлечения большого количества студентов в мероприятия фестиваля ГТО и получение ими знаков отличия.

**Ключевые слова:** элективная физическая культура, подготовка и самоподготовка студентов, рациональный состав испытаний, фестиваль ГТО, тестирование физической подготовленности, нормативы и испытания, Центр тестирования ГТО, Москомспорт.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p52-55**

### **ANALYSIS OF ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL FEATURES OF THE TRP FESTIVAL IN UNIVERSITIES**

**Vitaly Viktorovich Bobkov**, the candidate of pedagogical sciences, docent, *Gubkin Russian State University of Oil and Gas (National Research University), Moscow*; *Plekhanov Russian University of Economics, Moscow*; **Svetlana Yuryevna Tatarova**, the candidate of pedagogical

*sciences, docent, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow; docent, MIREA - Russian Technological University, Moscow; Vadim Borisovich Tatarov, the senior teacher, MIREA - Russian Technological University, Moscow; Nina Sergeevna Yaunbaeva, the senior teacher, Alexey Alekseevich Rozhentsev, the docent, Bashkir State Agrarian University, Ufa*

#### **Abstract**

The article raises aspects of the implementation of state policy in the field of physical culture and sports, namely in terms of the festival of the All-Russian sports complex "Ready for work and Defense" in universities. The analysis of organizational and methodological features of the TRP festival in universities is presented. It has been established that the effectiveness of interaction directly between the Department of Physical Education of the university and the Testing Centers of the Moscow Sports TRP allows solving the problem of involving a large number of students in the events of the TRP festival and receiving their insignia.

**Keywords:** elective physical culture, preparation and self-preparation of students, rational composition of tests, TRP festival, physical fitness testing, standards and tests, TRP Testing Center, Moskomspor.

#### **ВВЕДЕНИЕ**

Проведенные исследования и результаты опроса студентов первого курса мужского и женского пола показывают, что порядка 22–25% имеют знаки отличия комплекса ГТО разного достоинства с I по V ступень, что связано, прежде всего, с тем, что их наличие гарантирует преференции абитуриентам при поступлении в вуз [1].

Обучаясь в вузе, студенты перестают участвовать в мероприятиях, проводимых под эгидой ГТО, так как не видят в этом для себя необходимой мотивации, что приводит к значительному снижению уровня их физической подготовленности. Студенту, изъявившему желание получить знак отличия ВФСК ГТО VI ступени, необходимо разобраться со множеством вопросов, как организационных (где и что выполнять, какая нужна медицинская справка), так и методических (как подготовиться к выполнению тестов), что представляет серьезные сложности и отбивает у них желание заниматься этим вопросом во время обучения в вузе [2]. Вместе с тем вопрос внедрения в студенческую среду мероприятий ВФСК ГТО, а также участие в них студентов и преподавателей становится отдельным и крайне важным направлением в учебно-воспитательной работе [4, 5]. Отдельные вузы, входящие в программу «5/100» вводят специальные спортивные стипендии для студентов-знакистов, а преподавателям предусмотрены единовременные выплаты за успешное выполнение нормативов ГТО [3].

#### **МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Исследования проводились в рамках Фестиваля ГТО в конце учебного года (конец мая 2021/22 уч. год) и явились логическим завершением того цикла физической подготовки (32-недельной), которую прошли студенты, посещая занятия по физической культуре и спортивные секции Университета.

В экспериментальной части приняли участие 205 человек в возрасте от 18 до 23 лет (мужского и женского пола). Все испытуемые принадлежали VI ступени ГТО (18–24 года) и относились к студентам 1–3 курса. Фестиваль ГТО проводился в течение одного дня на мини-стадионе в студгородке. Соответствие всем необходимым нормам и требованиям обеспечивалось представителями Центра тестирования ГТО «МОСГОРСПОРТ» Москомспорта, которые (после соответствующего обращения к ним) выделили для проведения данного мероприятия своих штатных сотрудников. Они же обеспечили загрузку итоговых протоколов тестирования в личные кабинеты участников и проведение торжественной церемонии вручения студентам знаков отличия и удостоверений [1, 3].

В программе Фестиваля ГТО студентам предлагалось выполнить 8 тестов (4 обязательных и 4 по выбору). Тех студентов, которые смогли выполнить все 8 тестов на золотой знак отличия приглашали в Центр Тестирования ГТО для выполнения девятого теста (плавания, метания или бега по пересеченной местности), необходимого для получения

золотого знака отличия ГТО.

Перед началом Фестиваля ГТО работала специальная медицинская, которая проводила медицинское обследование тех участников Фестиваля, которые не имели специальной медицинской справки на предмет их допуска к выполнению тестов ГТО. Программа Фестиваля ГТО представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Программа Фестиваля ГТО

Группы испытаний ГТО* по видам	
1.	Подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине.
2.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа.
3.	Наклон вперед стоя на гимнастической скамье.
4.	Бег 30 метров.
5.	Подъем туловища из положения лежа на спине.
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
7.	Челночный бег 3 по 10 м.
8.	Стрельба из электронного оружия (10 м).
9.	Бег 2 км (женщины).
10.	Бег 3 км** (мужчины).
Примечание: * – обязательные испытания; ** – «длинный» бег принимался в конце после того, как участник выполнит все виды программы.	

Перед началом спортивного мероприятия была проведена общая разминка, после которой участникам предлагалось выполнять тесты с 1 по 8 в свободном порядке, а после их выполнения готовиться к заключительному виду программы – бегу на 2(3) км (тесты № 9, 10).

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты проведенного тестирования уровня физической подготовленности студентов представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результат выполнения испытаний ГТО по видам и знакам отличия

Тесты ГТО	Количество выполнивших данный тест (% от общего N участников)	Результат выполнения (N участников)		
		Золото	Серебро	Бронза
1. Челнок	205 (100%)	32	35	42
2. Прыжок	205 (100%)	47	46	35
3. Подтягивания (мужские)	112 (54%)	36	32	28
4. Отжимания	142 (69%)	46	62	32
4. Подтягивания (женские)	76 (37%)	20	18	11
5. Гибкость	200 (97%)	31	38	33
6. Пресс	205 (100%)	52	51	42
7. Короткий бег 30 м	205 (100%)	29	26	38
9. Длинный бег 2 км	33 (16%)	15	12	5
10. Длинный бег 3 км	38 (18%)	18	10	7
13. Стрельба	200 (97%)	61	56	45

Полученные в рамках исследования эмпирические данные свидетельствуют о том, что:

- тест на гибкость у мужчин является одним из наиболее трудновыполнимых видов испытания, всего лишь 22% сумели показать результат на уровне золотого знака отличия;
- «стрельба из электронного оружия» для участников не вызывает трудности, что вызвано тем, что в РГУ нефти и газа регулярно проводятся соревнования по стрельбе, есть своя сборная команда, с которой долгое время работает высококвалифицированный специалист;
- тест на выносливость – гладкий бег на 2 и 3 км является самым трудным испытанием для мужчин и женщин, требующим проявления предельного уровня функциональной подготовленности, а также воли и упорства, чуть более 30% участников вышли на старт длинного бега [5].

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ протоколов, полученных по итогам проведения Фестиваля ГТО, позволяет сформулировать следующие выводы:

Более 200 студентов приняли участие в Фестивале ГТО, выполнив от одного до восьми тестов.

Более (18% участников фестиваля) выполнили нормативы на один из трех знаков отличия.

Выявлен эффект так называемой «перевернутой пирамиды», что подтверждается тем фактом, что общее количество золотых знаков больше, чем серебряных/бронзовых. На наш взгляд, это происходит по причине того, что в ГТО заложен алгоритм, в соответствии с которым, чтобы получить золотой знак ГТО, необходимо, чтобы все девять тестов были выполнены на уровне золотого знака отличия, отсюда следует, что после первой осечки (в обязательных испытаниях) пропадает смысл дальше выполнять нормативы.

Эффективность взаимодействия напрямую кафедры физического воспитания и Центров тестирования ГТО Москомспорта позволяет решить проблему вовлечения большего количества студентов в мероприятия ВФСК ГТО и получение ими знаков отличия.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Формирование физкультурно-спортивной среды вуза как условие регулярного участия студентов и преподавателей VI–XI ступени в выполнении нормативов ВФСК ГТО / В.В. Бобков, С.Ю. Татарова, И.В. Лазарев, Л.Г. Рыжкова // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 9. – С. 104–107.
2. Берговина М.Л. Использование мобильных приложений при подготовке студентов к выполнению нормативов ГТО в условиях дистанционного обучения / Рыжкова Л.Г., Берговина М.Л., Бобков В.В. // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 8. – С. 49–51.
3. Кузьмин М.А. Оптимизация состава испытаний комплекса ГТО для студентов вузов / М.А. Кузьмин, В.В. Бобков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 38–42.
4. Факторы, препятствующие подготовке и выполнению нормативов ВФСК ГТО студентами вузов / Л.Г. Рыжкова, В.В. Бобков, М.А. Кузьмин, Т.В. Игнатенко // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 5. – С. 39–42.
5. Рыжкова, Л.Г. Оценка резервных возможностей старших школьников и студентов для подготовки к сдаче нормативов ВФСК ГТО / Л.Г. Рыжкова, В.В. Бобков // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 5. – С. 62–65.

## REFERENCES

1. Bobkov, V.V., Tatarova, S.Yu., Lazarev, I.V. and Ryzhkova L.G. (2022), “The formation of the physical culture and sports environment of the university as a condition for the regular participation of students and teachers of the VI–XI stage in the implementation of the standards of the VFSK TRP”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 9, pp. 104–107.
2. Ryzhkova, L.G., Bergovina, M.L. and Bobkov, V.V. (2021), “The use of mobile applications in preparing students to fulfill TRP standards in the context of distance learning”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 8, pp. 49–51.
3. Kuzmin M.A. and Bobkov V.V. (2017), “Optimization of the test composition of the GTO complex for students of higher education institutions”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 154, No. 12, pp. 38–42.
4. Ryzhkova L.G., Bergovina M.L. and Bobkov V.V. (2019), “The use of mobile applications in preparing students to fulfill TRP standards in the context of distance learning”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 5, pp. 39–42.
5. Ryzhkova L.G. and Bobkov V.V. (2018), “Assessing the reserve capabilities of senior schoolchildren and students to prepare for the delivery of standards VFSK TRP”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 5, pp. 62–65.

**Контактная информация:** a\_bolotin@inbox.ru

*Статья поступила в редакцию 16.03.2023*