

# ПОДГОТОВКА УЧАЩИХСЯ К СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Сидорова В.И. Email: Sidorova695@scientifictext.ru

*Сидорова Валентина Ивановна - учитель физической культуры,  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Гавриловская средняя общеобразовательная школа,  
с. Гавриловское, Суздальский район, Владимирская область*

**Аннотация:** в статье анализируется подготовка учащихся начальной школы к сдаче норм ВФСК ГТО. Одной из задач данного комплекса является модернизация системы развития детско-юношеского и школьного спорта. Начинать её реализацию следует с начальной школы. Если каждый учитель физической культуры позаботится о том, чтобы готовить детей к сдаче норм ВФСК ГТО практически с 1-го класса, в дальнейшем охват школьников, успешно сдавших нормы, будет систематически увеличиваться. Что, вне всякого сомнения, приведёт и к укреплению здоровья, и к всестороннему развитию гармоничной личности.  
**Ключевые слова:** ГТО, школа, физическая культура, спорт.

## PREPARATION OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS FOR GTO STANDARTS Sidorova V.I.

*Sidorova Valentina Ivanovna - Physical Education Teacher,  
MUNICIPAL BUDGETARY EDUCATIONAL INSTITUTION  
GAVRILOVSKAYA SECONDARY SCHOOL,  
VILLAGE GAVRILOVSKOE, SUZDAL DISTRICT, VLADIMIR REGION*

**Abstract:** the article analyzes preparation of primary school students for GTO standarts. One of the tasks of this complex is the modernization of the system for the development of youth and school sports. Its implementation should start from elementary school. If every physical education teacher takes care of preparing children for passing the norms of the WFSK GTO practically from the 1st grade, in the future the coverage of schoolchildren who have successfully passed the norms will systematically increase. That, without a doubt, will lead to health improvement and to the all-round development of a harmonious personality.  
**Keywords:** GTO, school, physical education, sport.

Согласно статистике, состояние здоровья подрастающего поколения в России оставляет желать лучшего. Это видно по тому, как с каждым годом увеличивается количество детей, которые значатся в подготовительной и специальной медицинских группах. Чтобы остановить этот процесс, на государственном уровне было принято решение о возрождении ГТО.

### Подготовка в рамках уроков

Чтобы подготовить младшеклассников к сдаче норм ВФСК ГТО, необходимо ориентироваться на ФГОСы, одной из задач которых является формирование Универсальных Учебных Действий. Именно они позволяют детям не просто учиться, но прежде всего — саморазвиваться и самосовершенствоваться. При этом им просто необходим социальный опыт. Поэтому учителя должны создавать на уроках ситуацию успеха. Ведь успешный ребёнок отличается активной жизненной позицией и повышенной мотивацией. И где, как не на уроках физической культуры в начальной школе, он может получить максимум положительных эмоций, повысить свою самооценку и добиваться лучших результатов?

Прежде всего, ребёнка нужно мотивировать на сдачу норм ВФСК ГТО. Для этого необходимо систематически и регулярно использовать на уроках разнообразные виды деятельности:

- игровую (подойдут любые подвижные, спортивные игры);
- соревновательную (соревнования, эстафеты, конкурсы, разноуровневые турниры, олимпиады);
- контрольную (сдача нормативов).

Чтобы подготовить учащихся к сдаче норм ВФСК ГТО в начальной школе, каждый урок физической культуры должен быть направлен на улучшение их физического развития. Поэтому учитель должен как можно тщательнее подходить к вопросу об отборе упражнений различной направленности для занятий:

- на развитие скорости;
- на совершенствование координации;
- на повышение выносливости;
- на развитие гибкости;
- скоростно-силовых и т.д.

Чтобы подготовить учащихся к сдаче норм ВФСК ГТО в начальной школе, учителям физической культуры следует больше обращать внимание на спортивные игры и активно внедрять их в структуру урока. Во-первых, они состоят из разных движений:

- естественных: ходьбы, бега, прыжков;

- специфических: поворотов, остановок, приставных шагов, финтов;
- с мячом: бросков, ведения, передачи, ловли.

Таким образом, с помощью спортивных игр на уроках физической культуры естественным путём увеличивается двигательная активность. Во-вторых, они улучшают такие данные, как скорость, сила, выносливость, координация и т.д. Именно эти качества впоследствии и помогут ребёнку успешно сдать нормы ВФСК ГТО

Естественно, система подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО в начальной школе должна носить упорядоченный и регулярный характер. Поэтому учителям рекомендуется проводить постоянный мониторинг достижений младшеклассников. Результаты лучше оформлять в виде таблиц, которые потом можно использовать в портфолио. Очень важно, чтобы дети видели свой рост — это повышает их мотивацию и способствует самосовершенствованию.

#### **Подготовка в рамках ОДОД**

Чтобы качественно подготовить младшеклассников к сдаче норм ВФСК ГТО, помимо уроков, важно привлекать ещё и отделения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Это может быть что угодно: ритмика (танцы), городки, шахматы, спортивные игры (мини-футбол, пионербол), настольный теннис, плавание, борьба и т.д. Выбор конкретных направлений зависит от возможностей школы и запросов родителей.

Сначала необходимо провести опрос среди родителей. Лучше это делать в мае, чтобы за лето проанализировать результаты, сделать выводы, решить организационные вопросы с руководством школы и подготовить программы. Опрос родителей очень важен именно в начальной школе. Так как, согласно заверениям психологов, у детей в этом возрасте ещё не окончательно сформированы интересы. Они слишком эмоциональны и подвижны, чтобы определиться с какой-либо определённой деятельностью.

Отличным выходом могут стать так называемые модульные программы для отделений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Именно они лучше всего учитывают несформированность волевого компонента детей этого возраста. Они способны удержать учащихся в секциях на протяжении всего обучения в начальной школе. Оптимальнее всего рассчитывать их на 3 года. Например:

- мини-футбол: 1 год обучения — 1 класс;
- пионербол: 2 год обучения — 2 класс;
- баскетбол: 3 год обучения — 3 - 4 классы.

Это примерная программа ОДОД, которая поможет быстрее и качественнее подготовить младшеклассников к сдаче норм ГТО. Ведь спортивные игры — это не только увлекательные виды спорта, но и одни из наиболее эффективных средств физического и нравственного воспитания учащихся.

Помимо модульных программ, для этой цели в рамках ОДОД можно активно включать в план занятий:

- дни здоровья;
- весёлые старты;
- соревнования «Папа, мама, я — спортивная семья»;
- турниры по параллелям и т.д.

Согласно статистике, дети, дополнительно занимающиеся в спортивных секциях, гораздо успешнее впоследствии сдают нормы ГТО.

Самое главное — не упустить момент повышенной заинтересованности учащихся начальной школы в спорте и здоровом образе жизни. Уже с этого возраста учителям физической культуры необходимо формировать у них единую картину мировоззрения, показывать на примерах (через деятельностный подход), что, если они будут активно заниматься спортом и развиваться, они станут успешными и востребованными.

#### ***Список литературы / References***

1. Апина А.И. Пути формирования физкультурной самостоятельности учащихся в рамках подготовки к сдаче норм Всероссийского физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / А.И. Апина, Л.Н. Суханова, О.В. Аракчеева // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.: Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014. 7-12 с.
2. Белкина Е.В. Проблемы нового комплекса ГТО / Е.В. Белкина, Г.А. Белкин, С.А. Быков // Психология и педагогика: современные методики и инновации, опыт практического применения, 2014. № 7. 10 с.
3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): [Электронный ресурс]. Москва, 2014. Режим доступа: [www.gto.ru/](http://www.gto.ru/) (дата обращения: 27.08.2020).
4. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 ноября 2012 г. № 2148.
5. Дунникова О.С. Физическое воспитание школьников в условиях внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) / О.С. Дунникова // Физическая культура и спорт в современном мире: проблемы и решения, 2015. № 1. С.44-49.