**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

# *Общественное здоровье. Здоровый образ жизни. ГТО*

# Аннотация. В статье раскрываются особенности введения одного из забытых, но достаточно эффективные механизмы! популяризации здорового образа жизни среди населения Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) в жизнь современного российского общества. Это система физического воспитания населения, которая родилась в СССР, просуществовала 60 лет. Ей удалось стать частью жизни несколько поколений наших соотечественников. Сегодня, ГТО возвращается в жизнь каждого гражданина нашей страны, особенно молодежи.

Сделать популярным здоровый образ жизни среди всех слоев населения -задача максимально трудная для руководителей страны, в которой долгие годы систематически разрушалась материальная и истощалась теоретическая базы великого советского спортивного наследия. Советские успехи в спорте стали в свое время одним из главных факторов создания авторитета государства в лице мирового сообщества, став в послевоенное время доказательством, что СССР может не только воевать, и что русские люди - не только крестьяне и солдаты. Пропаганда здорового образа жизни была неотъемлемой частью культуры советских граждан, подтверждением этого стал многолетняя работы системы сдачи норм ГТО. Поэтому неудивительно, что в кризисное для современной России время руководство вновь решает обратиться к проверенной схеме. Когда на всероссийском законодательном уровне осознается необходимость возрождения спортивно-оздоровительного воспитания населения, можно с уверенностью предположить, что исполнение не заставит себя ждать.

Вслед за Президентским Указом от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»

«ГТО» вышел еще ряд документов, закрепивших инициативу главы государства в области создания системы подготовки и фиксации норм ГТО на разных уровнях: постановление правительства РФ от11 июня 2014 года № 540 «Об утверждении положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»; приказ от 8 июля 2014 года «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)» от 23 июля 2014 года. В этих документах определены цели, задачи, принципы, содержание, структура и методика внедрения комплекса ГТО. В указе решено оставить и прежнее название данной программы - «Готов к труду и обороне». Этим нынешнее правительство страны подчеркивает дань традициям национальной истории, отметил Путин на прошедшем заседании Совета по развитию физкультуры и спорта России.

Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения[2].

Что же подразумевается под большим и громким названием? По материалам с официального сайта, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО) [1].

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму. В отличие от советского родителя, обладавшего всего 5 ступенями и отдельным комплексом для военных, современная система позволяет более точно определять возрастную аудиторию. И хотя наличие десятка вариантов программ несколько осложняет работу принимающих специально обученных бригад из 22 человек (10 профессиональных судей, 12 волонтеров), для участников разработаны программы, в которых учитываются все физические особенности и возможности обоих полов на каждом из возрастных этапов.

Нельзя не упомянуть, насколько масштабная работа была проделана со времени выхода Указа Президента. Прежде всего, на федеральном уровне, где постепенно, но активно началось сначала ознакомление, а потом и пропаганда

норм ГТО. Проводилась она чередой акций и площадок, в том числе и на всероссийских форумах. Уже в июле 2014 на молодежном форуме «Селигер 2014» открылись в тестовом режиме площадки сдачи норм ГТО. В 2015 году на крупнейших федеральных молодежных форумах «Территория смыслов на Клязьме» и «Таврида» эти площадки работали уже по конкретной программе, хотя значок за сдачу нужных нормативов тогда не выдавали. Только символические жетоны.

Получение значка стало возможным через специально созданные Центры тестирования ВФСК «ГТО», которые уже открылись почти в каждом городе. На их сайтах представлен максимальный перечень всех документов и требований, касающихся норм ГТО, график работы пунктов фиксации, новости по теме и многое другое. Важно отметить, что «записаться на ГТО» также можно, всего лишь пройдя по ссылке, указанной в одноименном разделе и заполнив ряд документов. Это существенно облегчает процедуру регистрации, а также положительно оценивается молодежью и другими активными пользователями сети Интернет. Центры тестирования ВФСК «ГТО» закрепили президентскую инициативу на региональном уровне.

На муниципальном и местном уровнях акценты в системе управления процессом внедрения комплекса ГТО смещаются на решение конкретных проблем материально-технического и кадрового обеспечения. Здесь создаются непосредственно пункты по подготовке к сдаче норм ГТО. Как правило, такими пунктами становятся образовательные учреждения. Причем в школах пропаганде ГТО уделяют огромное внимание именно в рамках общей популяризации ЗОЖ. Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса среди образовательных учреждений является увеличение числа учащихся, родителей и педагогов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, повышение уровня физической учащихся, родителей и педагогов; формирование у них осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни, а также модернизация системы физического воспитания в школе и системы развития массового, детско-юношеского и школьного спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества школьных спортивных клубов.

Таким образом, мы видим, что внедрение норм ГТО в жизнь уже российских граждан происходит стремительно и на редкость благоприятно. Возможно, здесь уместна поговорка про все новое, что является хорошо забытым старым. Только в нашем случае старое еще не совсем забыто, а значит, есть некая преемственность, к которой так традиционно положительно относятся русские люди. Однако, ничто не обходится без нововведений, продиктованных особенностями своего времени. В рамках пропаганды Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) решением координационного совета Министерства спорта России по внедрению Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) № 4 от 03.03.2015 одобрена реализация программы «Послы ГТО». Целью ее является осуществление информационно-просветительской и пропагандистской деятельности с участием известных спортсменов, ведущих политических и общественных деятелей, деятелей культуры и искусства, предста-

вителей СМИ и других работников сферы физической культуры, которые личным примером могут способствовать успешному осуществлению миссии Послов ГТО.

Для чего же вообще человеку XXI века нужно стремиться к выполнению нормативов ГТО, к получению знаков отличия и насколько действенна данная система?

Как представитель молодежи, могу сделать следующие выводы. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учёбе и спорте. Все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, - целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Существует понимание, что только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиваться успеха в условиях конкуренции на рынке труда. Поэтому возрождение комплекса ГТО прежде всего в учебных организациях принципиально важно для формирования у молодого поколения целеустремлённости и уверенности в своих силах.

В целом же одобрительное отношение к возвращению норм ГТО в жизнь россиян очень хочется расценить как благоприятный подход к возвращению имиджа России не только как мощному политическому лидеру, военной державе и территориальному гиганту, но и как к родине прекрасных, крепких духом здоровых телом людей, людей будущего.