**Усовершенствование системы физического воспитания в техникуме**

**с помощью внедрения комплекса «Готов к труду и обороне»**

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) является основой физического воспитания населения страны, нацеленной на приобщение населения к здоровому образу жизни и развитию массового спорта. Тема возрождения комплекса является актуальной, потому что содержит нормативную основу физического воспитания студенческой молодежи и является критерием определения уровня физической подготовленности людей всех возрастов.

Время обучения в техникуме – это период активного совершенствования личности, что делает особенно актуальным вовлечение студенческой молодёжи в единую физкультурную систему, которая будет влиять на их физическую подготовленность на протяжении всей жизни.

Целью внедрения комплекса ГТО в Хабаровском торгово-экономическом техникуме является усовершенствование системы физического воспитания, всестороннем и гармоничном развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни молодежи, формировании у студентов осознанной потребности в занятиях спортом и в здоровом образе жизни.

В техникуме внедрение комплекса ГТО проводится системно, представляет собой совокупность взаимосвязанных действий и состоит из нескольких этапов.

I этап включает информационную работу с работниками техникума на тему внедрения ВФСК ГТО, а также составление документации, в которую входит план работы по физическому воспитанию студентов на учебный год. В плане отражается работа по комплексу ГТО, количество допущенных к сдаче норм по группам, рабочая документация по сдаче нормативов.

II этап содержит агитационно-пропагандистскую работу и взаимодействие со средствами массовой информации. Руководитель физического воспитания, преподаватели и классные руководители выступали на педагогических советах, родительских собраниях, классных часах на тему внедрения ВФСК ГТО. В техникуме были организованы стенды, комплекс ГТО популяризируется на официальном сайте техникума, освещаются проведенные мероприятия, публикуются новости, результаты соревнований, фотоотчеты. Сформирована система стимулов для студентов, привлеченных к регулярным занятиям физической культурой, участию в спортивной жизни техникума, успешному прохождению тестирования по комплексу ГТО. Для преподавательского состава предусмотрена ежемесячная выплата стимулирующего характера за получение знака отличия комплекса.

III этап направлен на организацию тренировочных тестирований по сдаче нормативов комплекса. Основная роль на данном этапе возлагается на руководителя физического воспитания и преподавателей физической культуры. Задача преподавателя физической культуры заключается в физической подготовке студентов к сдаче нормативов, проведении тренировочных испытаний, и, следовательно, заключении о готовности того или иного студента к сдаче нормативов на муниципальной базовой площадке. На данном этапе внедрения комплекса был разработан календарно-тематический график по сдаче нормативов.

Успешному внедрению комплекса ГТО в Хабаровском торгово-экономическом техникуме способствует материально-техническая база для проведения подготовки и сдачи нормативов. Не вызывают трудности испытания по бегу, прыжкам, отжиманиям, подтягиваниям, подниманию туловища, наклоне вперед, метании, стрельбе из пневматической винтовки, так как в наличии имеется спортзал, спортивная площадка на улице и тир, студенты охотно посещают секции многоборья ГТО, баскетбола, волейбола, настольного тенниса.

Однако есть ряд факторов, которые затрудняют эту работу: достаточно низкий уровень физической подготовленности поступающих на первый курс, ухудшение в целом состояния здоровья студенческой молодежи. Почти 60 % молодых ребят, поступивших в техникум, практически не интересуется спортом. А ведь именно от физического и психического здоровья студентов, от их социального благополучия во многом зависит работоспособность будущих специалистов среднего звена.

Эти факты ещё раз подтверждают то, что комплекс ГТО необходим.

С 2016 года программа физкультурно-спортивной деятельности студентов I – IV курсов ХТЭТ выстраивается с учётом нормативов комплекса ГТО и выбора специализированной направленности занятий, которая зависит от уровня физической подготовки студентов.

Статистика за последние 3 года показывает, что динамика по сдаче нормативов студентами ХТЭТ положительная.

Статистика сдачи норм ГТО за последние 3 года.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Учебный год** | **Приняли участие** | **Выполнили** | | |
| **бронза** | **серебро** | **золото** |
| 2015-2016 | 117 | 5 | 5 | 6 |
| 2017-2018 | 109 | 21 | 22 | 1 |
| 2018-2019 | 140 | 69 | 26 | 11 |
| **Всего** | **366** | **95** | **53** | **18** |

Помимо промежуточных тестирований в Хабаровском торгово-экономическом техникуме организовано проведение соревнований и спартакиад по комплексу ГТО. В 2018 году впервые был проведен фестиваль ГТО, где студенты первого и второго курса смогли показать свои физические возможности и спортивную подготовку. Те, кто не смог стать победителем или призером соревнований, получили мотивацию для улучшения своих спортивных навыков. Такие соревнования среди студентов проводятся ежегодно, победители и призеры награждаются грамотами, медалями и кубками.

По окончанию фестиваля формируется сборная команда из победителей и призеров для дальнейшего участия в городском и краевом этапе соревнований. Так, в 2019 году команда студентов ХТЭТ показала высокие результаты на III этапе краевой Спартакиады ВФСК ГТО среди студентов ГОО СПО Хабаровского края в общекомандном и личном первенстве и на краевом этапе Всероссийского фестиваля ГТО среди обучающихся профессиональных образовательных организаций «Подтянись к движению».

Педагоги техникума также принимают участие в сдаче нормативов ГТО, на сегодняшний день 6 педагогических работников получили значки. Самые активные их них приняли участие в летнем Фестивале ВФСК ГТО для работников трудовых коллективов г. Хабаровска. Участники Фестиваля соревновались за звание самого спортивного, сильного и целеустремленного коллектива города. Команда Хабаровского торгово-экономического техникума заняла второе место в общекомандном зачете.

В результате проводимой работы по внедрению комплекса ГТО в Хабаровском торгово-экономическом техникуме сформирована система стимулов для всех участников образовательного процесса к регулярным занятиям физической культурой, участию в спортивной жизни техникума, успешному прохождению тестирования по комплексу ГТО; повысилась мотивация студентов к физической культуре и здоровому образу жизни, их приобщению к спорту, вовлеченность в непрерывный тренировочный процесс и соревновательную деятельность; повысился уровень общефизического развития участников образовательного процесса.

Накопленный опыт ХТЭТ в проведении спортивно-массовой работы помогает в формировании спортивного менталитета каждого студента, обучающегося в техникуме, и в целом, способствует образованию привычки ведения спортивного образа жизни у студентов, подготавливает к служению в вооруженных силах Родины и выполнению нормативов комплекса ГТО.